30 ఏప్రిల్ 2017

ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి

sunday magazine

1017-2017

'సహస్ర' రామానుజం

INSIDE



మిత్రవాక్యం



'సహస్ర' రామానుజం

విశిష్టాద్వైత సంస్థాపకులు శ్రీమద్ రామానుజుల సహస్రాబ్ది వేడుకల సందర్భంగా - ఆచార్యుల బోధనల్నీ, బహుముఖ ప్రజ్ఞనీ వివరిస్తున్నారు చినజీయరు స్వామి.

7



విజయ్ శేఖర్ శర్మ

ఒకప్పుడు ఇంగ్లీష్ ముక్క కూడా రాని విజయ్ శేఖర్ శర్మ 'పేటీఎం' అధిపతిగా, 'ఫోర్బ్స్' యంగెస్ట్ బిలియనీర్‌గా మారిన వైనం ఆద్యంతం ఆసక్తికరం.

12

డ్రైవింగ్ చేస్తూ ఫోన్లో మాట్లాడేస్తాం. టీవీ చూస్తూ భోజనం కానిచ్చేస్తాం. ఆఫీసు వేళల్లో ఇంటి వ్యవహారాలు చక్కబెట్టుకుంటాం. ఇంట్లో కూర్చుని ఆఫీసు పనులు పూర్తిచేసు కుంటాం. ఉద్యోగం, రియల్ ఎస్టేట్, చిట్టీల వ్యాపారం... ఇన్ని పడవల ప్రయాణం అవసరమా? అస్సలు అవసరం లేదు. జీవితాన్ని భారీగా, ఆర్భాటంగా గడిపేయాలన్న తపనలోంచి పుట్టుకొచ్చిన ఆరాటమిది. పాశ్చాత్య దేశాల్లో ఆ పరుగు వద్దను కునేవాళ్లంతా 'మైక్రోలివింగ్' జీవనశైలిని ఎంచుకుంటున్నారు. ఈ పద్ధతిలో - డూప్లెక్స్‌లూ విల్లాలూ అక్కర్లేదు. ఒకటి, రెండు పడకగదుల ఇంటితో సర్దుకుపోవచ్చు. యాత్రల పేరుతో... పూటకో దేశం చుట్టొచ్చామని చంకలు గుద్దుకోవడం కాదు. ఏదో ఓ చోటికి వెళ్లి పోయి అక్కడే నచ్చినన్ని రోజులు గడిపేయవచ్చు.



అరడజను కూరల్ని ముందేసుకుని ఆయాసపడటం అనవసరం. బాగా ఇష్టమైన ఒకట్రెండు రుచులతో సంతృప్తిగా భోంచేయవచ్చు. జీవితాన్ని ప్రేమిస్తూ నిరాడంబరంగా, సరళంగా.. ఓ ఎరుకతో బతికేయడమే 'మైక్రోలివింగ్' పరమార్థం. గత ఆరు నెలల్లో నువ్వు ఉపయోగించని ఏ వస్తువైనా అనవసరమైందే - అంటుంది సూత్రం. బ్యాంకులో నిరుపయోగంగా మూలుగుతున్న డబ్బుతో సహా. ■

ప్రియమైన 'ఆంధ్రజ్యోతి'కి...

◆ ఉస్మానియా ఊపిరి !

కూటి కోసం కోటి విద్యలని అంటారు. కానీ విద్య నేర్చుకోవడానికి ఉస్మానియాలో అడుగుపెట్టిన మాకు కూటినీ, గూటినీ అందించి, మంచి రూటును కూడా చూపించింది ఆ క్యాంపస్. తల్లిదండ్రులకు దూరంగా వచ్చామని బాధపడుతుంటే, అక్కడి చెట్లు ఆప్యాయంగా హత్తుకునేవి. లైబ్రరీ పుస్తకాలు ఒడుపుగా ఒంటరి తనాన్ని వదిలించి వేసేవి. క్యాంపస్‌లో కాలు పెడితే చాలు.. ఏదో కొత్త ఉత్సాహం, కొండంత ధైర్యం కలిగేవి. ఎన్నేళ్లు గడిచినా అక్కడ గడిపిన ఆ రోజులే, అసలైన జీవితమని అనిపిస్తుంది. 'సలామ్ ఉస్మానియా' ఆనాటి జ్ఞాపకాలను మళ్లీ గుర్తుచేసింది.

- చింతల సంధ్య, మైసమ్మగూడ

◆ పరి'పూర్ణ' ప్రావీణ్యం

అతి చిన్న వయసులోనే ఎవరెస్టు శిఖరాన్ని అధిరోహించిన పూర్ణ విజయం వెనుక నీడలా ఉన్న ఆర్.ఎస్. ప్రవీణ్‌కుమార్ జీవితం స్ఫూర్తిదాయకం. దళిత వాడల నుంచి ఐపీఎస్ అధికారిగా ఎదిగిన ఆయన మరెందరో గిరిజన పిల్లలకు ఆదర్శంగా నిలుస్తారు. ఆ వివరాలను గుదిగుచ్చిన 'గురుకులాల్లో అక్షర సేద్యం' అభినందనీయం.

- మంగళ, కందూర్

◆ అమ్మతనానికి అర్థం

ఈ వారం కథ 'అమ్మతనం' చాలా బాగుంది. పురుషాధిక్య సమాజంలోనూ కుటుంబాన్ని చక్కబెట్టేది మహిళే. అమ్మతనంతో ఆడపిల్లల ఆలోచనల్లో వచ్చే మార్పులను అతి సున్నితంగా వివరించారు రచయిత. ఆప్యాయతానురాగాలతో ఎదుటివారిలో కదలిక తీసుకురాగలిగిన జయమ్మ లాంటి వాళ్లు చాలా అరుదుగా ఉంటారు.

- మానస, మచిలీపట్నం

◆ వాట్ ఎ పార్టీ గురూ!

పార్టీలంటే పీకల దాకా మందు కొట్టి, ఒళ్లు తెలియకుండా చిందేయడమనే అనుకుంటా రంతా! కానీ ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లను పెంచే వెరైటీ పార్టీలు కూడా ఉన్నాయని మధ్యపేజీల్లో చదివి తెలుసుకున్నాం. విదేశీ సంస్కృతిని వెంటనే ఒంటబట్టించుకునే మనవాళ్లు, ఈ 'ఆరోగ్య పార్టీ'లకూ త్వరగా జిందాబాద్ కొడితే బాగుండు!

- గణేష్, కాకినాడ

◆ రారాజు రాగులు

రాగులు, సజ్జలు వంటి ధాన్యాల పేర్లు కూడా తెలియకుండా పెరుగుతున్నారు నేటి యువత. అయితే రాగి మెట్రో ఫుడ్‌గా ట్రెండ్ సృష్టించిందంటే, అది దానిలోని పోషకాల మహిమే! సీవీల తయారీలోనూ మొదలైన 'క్రియేటివ్‌గా, వెరైటీగా' అనే సృజనాత్మకత ముందుముందు ఇంకెలా మారబోతుందో చూడాలి.

- వికాస్, హైదరాబాద్

కొత్త లుక్కూ.. కాస్త కిక్కూ!



చిన్నప్పుడెప్పుడో తిన్న పుల్లైసు నుంచి ఇవాల్టి వెనిలా, బటర్‌స్కాచ్, స్ట్రాబెర్రీల వరకూ మీ ఫేవరెట్ రుచులు ఎన్నో ఉండొచ్చు. కానీ వాటన్నింటినీ తోసిరాజనే కొత్త ఐస్‌క్రీములొస్తున్నాయి. ఊహించని ఫార్ములాతో సరికొత్త రుచిని అందిస్తున్నాయి. 'ఈ ప్రపంచంలో నిజమైన ప్రేమ ఏదైనా ఉందంటే అది మా ఐస్‌క్రీమ్ ప్రేమే' అనేంతవరకూ వెళ్లిపోయే హిమక్రీముల అభిమానులూ ఓ లుక్కేయండి మరి!

ఆల్కహాలిక్ ఐస్‌క్రీమ్

పేరులో ఉన్నట్టుగానే ఈ ఐస్‌క్రీమ్ కాస్తంత మద్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మధుపాన ప్రియులు సింపుల్‌గా ఐస్‌క్రీమ్ రూపంలో మందులోని మజాని ఎంజాయ్ చేయొచ్చు. 'టిప్సీ స్కూప్' అనే సంస్థ ఐస్‌క్రీమ్‌కి ఈ కిక్కునూ, లుక్కునూ తీసుకొచ్చింది.





హ్యాంగోవర్ ఐస్‌క్రీమ్

'ఆల్కహాలిక్ ఐస్‌క్రీమ్' లాగించిన తర్వాత హ్యాంగోవర్ వస్తే సంప్రదాయ పద్ధతుల్లో మజ్జిగ పుచ్చుకోవడం లాంటి పనులేమీ చేయనక్కర్లేదు. ఈ ఐస్‌క్రీమ్ తింటే చాలు! ఒక కొరియన్ కంపెనీ దీన్ని తయారుచేసింది. 17వ శతాబ్దం నుంచి ఒక రకమైన ఎండు ద్రాక్షపండ్ల రసాన్ని హ్యాంగోవర్‌కి విరుగుడుగా వాడుతున్నారు దక్షిణకొరియా వాసులు. అదే ఫార్ములా ఇక్కడా ఉపయోగించారు.



యాక్టివేటెడ్ చార్‌కోల్

ఈ ఐస్‌క్రీమ్ పండ్ల నుంచో, వెనీలా గింజల నుంచో తయారైనది కాదు. అచ్చంగా కొబ్బరిచిప్పల నుంచి తయారుచేస్తారు. సూటిగా చెప్పాలంటే, ఆ చిప్పలను కాల్చిన బొగ్గుతో తయారు చేస్తారు. చార్‌కోల్ నీళ్లను మలినాలు లేకుండా సమర్థంగా వడకట్టగలదని మనకు తెలుసు. అందుకే 'వాటర్ ప్యూరిఫయర్స్'లో ఈ చార్‌కోల్ కనిపిస్తుంది. అదేవిధంగా మన కాలేయంలోని విష పదార్థాలను తొలగించడానికి యాక్టివేటెడ్ చార్‌కోల్ ఐస్‌క్రీమ్ ఉపయోగపడుతుందట.



మ్యాచా ఐస్‌క్రీమ్

కొంతమంది గ్రీన్ టీ రెగ్యులర్‌గా తాగుతారు. కానీ నిప్పులు చెరిగే వేసంగిలో పొగలు కక్కే టీ తాగడం కాస్త కష్టమే కదా! మరి అదే గ్రీన్ టీ, అవే ప్రయోజనాలతో ఐస్‌క్రీమ్ రూపంలో చల్లచల్లగా గొంతులో దిగుతుంటే భలే మజాగా ఉంటుంది కదూ! అందుకే గ్రీన్ టీ ఫ్లేవర్‌తో మీ ముందుకొచ్చింది మ్యాచా ఐస్‌క్రీమ్. జపాన్, ఇంగ్లండ్‌లలో అప్పుడే మ్యాచా ఐస్‌క్రీమ్‌లో మ్యాచా గ్రీన్, లండన్ మిస్ట్, ల్యావెండర్స్ బ్లూ బెర్రీ ఇలా విభిన్న రకాలు ట్రై చేస్తున్నారు.



రోల్డ్ ఐస్‌క్రీమ్

'లాస్ట్ బట్ నాట్ లీస్ట్'... 'రోల్డ్ ఐస్‌క్రీమ్'! థాయ్ ఫ్రోజెన్ డిజర్ట్స్‌లో సంచలనం సృష్టిస్తోందీ హిమక్రీము. చేతులతో తయారుచేసే ఐస్‌క్రీమ్ ఇది. థాయ్‌లాండ్, మలేషియా, కంబోడియా, ఫిలిప్పీన్స్ దేశాల్లోని వీధుల్లో తిరుగుతూ ఐస్‌క్రీములమ్మే వాళ్లు వీటిని, రెండంటే రెండు నిమిషాల్లో తయారు చేసేస్తారని 'ఫోర్బ్స్' పత్రిక ప్రకటించడాన్ని బట్టే, ఈ 'రోల్డ్ ఐస్‌క్రీమ్' ఘనత ఎక్కడి వరకూ చేరిందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. అలా అని ఇది ఆసియాకే పరిమితమని అనుకోకండి. రోలింగ్ ఐస్‌క్రీమ్ పేరుకు తగ్గట్టే దొర్లుకుంటూ అమెరికా దాకా వెళ్లిపోయింది.





రాయలవారిల్లు!

రెండు వందల యాభై ఏళ్లనాటి చారిత్రక కట్టడం! అదీ కృష్ణదేవరాయల వంశీకులది! తళ్లికోట యుద్ధంలో ఓటమితో విజయనగర సామ్రాజ్య ప్రభ కొడిగట్టిన తర్వాత రాయల వంశీకులకు ఆవాసమైన భవనమది. ఆ యుద్ధంలో మరణించిన అళియ రామరాయల తర్వాత అరవీటి రాజుల వంశంలో 19వ తరం వారసుడు శ్రీకృష్ణ దేవరాయ (43) ఇప్పుడా భవనం యజమాని. పాత ఘనతను అలా ఉంచుతూనే.. ఆ భవనానికి సరికొత్త సొబగులు కూర్చారు!



శ్రీకృష్ణ దేవరాయలు.. విజయనగర సామ్రాజ్యం.. భువనవిజయం.. అష్టదిగ్గజాలు.. అల్లసానివారి జిగిబిగైన అల్లికలు.. తెనాలి రామకృష్ణుని చమత్కారాలు.. ముక్కు తిమ్మన ముద్దుపలుకులు.. తలుచుకుంటేనే తెలుగువారందరినీ నోస్టాల్జియాలో ముంచెత్తే అంశాలివన్నీ! రాయలవారంటే మనవాడే.. మన కళ్లముందరివాడేనన్నంత దగ్గరి భావం!! అయితే.. విజయనగర సామ్రాజ్య చరిత్రంటే రాయలవారొక్కరే కాదు. ఆయనకు ముందూ ఉంది. ఆ తర్వాతా ఉంది!! 1336లో తుంగభద్రకు ఉత్తర ఒడ్డున ఉన్న ఆనెగొంది రాజధానిగా హరిహర, బుక్క రాయలు స్థాపించిన విజయనగర సామ్రాజ్యలక్ష్మి ప్రాభవం 1565 దాకా సాగింది. మధ్యలో కృష్ణదేవరాయల పాలన కాలం 20 ఏళ్లే (1509-1529)! అయితేనేం.. తరతరాలకు చెరగని కీర్తి. ఆయన అల్లుడే అళియ రామరాయలు (కన్నడంలో అళియ అంటే అల్లుడు). తళ్లికోట యుద్ధంలో రామరాయల మరణంతో విజయనగర వైభవం గతమైంది. ఆయన తర్వాత 9వ తరం వాడైన రెండో శ్రీరంగ రాయల మరణంతో వారి రాచరికం అంతమైంది. ఆ పాలకుడి వారసులు మళ్లీ ఆనెగొంది చేరి.. హిరే దివాణంగా పేరొందిన ఈ భవనంలో కాలం గడిపారు. వారిలో 19వ తరం వారసుడు శ్రీకృష్ణ దేవరాయ. ఆయన తండ్రి అచ్యుత దేవరాయలు. తల్లి చంద్రకాంతాదేవి విక్రమాదిత్యుడి వంశీకురాలు. 1992లో దావణగెరెలో మెకానికల్ ఇంజనీరింగ్ పూర్తి చేసిన ఆయన సాఫ్ట్‌వేర్ రంగంలోకి ప్రవేశించారు. 2002లో వ్యాపారరీత్యా అమెరికాకు వెళ్లారు. అక్కడ వాషింగ్టన్‌లో ఆరేళ్లు ఉండి.. 2008 మేలో తండ్రి మరణంతో మళ్లీ భారత్ చేరుకున్నారు. తరతరాల చరిత్రకు ఆనవాలైన హిరే దివాణం శిథిలావస్థకు చేరుకోవడం చూసి.. దానికి ఎలాగైనా పునర్వైభవం తేవాలని నిశ్చయించుకున్నారు.

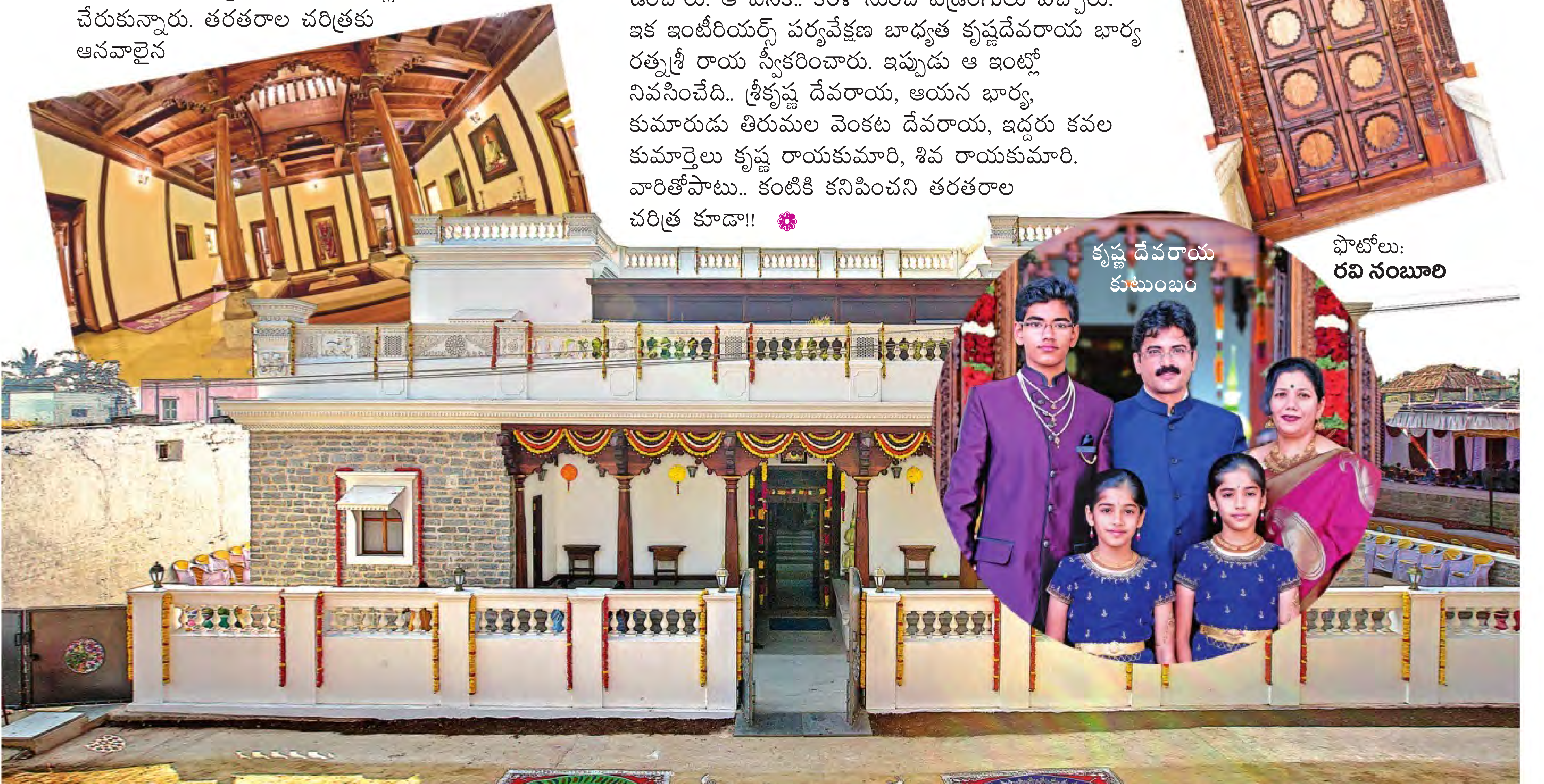


శిథిలావస్థ నుంచి..

ఎప్పుడో రెండున్నర శతాబ్దాల నాటి భవనం. దాని పాతకాలపు దర్జానూ, హుందాతనాన్నీ అలా ఉంచుతూనే.. కొత్తగా తీర్చిదిద్దేందుకు శ్రీకృష్ణ దేవరాయ నడుంబిగించారు. 2011లో పునరుద్ధరణ పనులు ప్రారంభమయ్యాయి. కానీ అంత సులభంగా కాదు. ఎందుకంటే పురాతన కట్టడం కావడంతో దానిలో మార్పులకు హంపి వరల్డ్ హెరిటేజ్ ఏరియా మేనేజ్‌మెంట్ అథారిటీ నుంచి అనుమతి తీసుకోవాల్సి వచ్చింది. తర్వాత సరైన ఆర్కిటెక్ట్ కోసం అన్వేషణ. ఆ శోధన చివరకు.. పురాతన భవనాలకు మళ్లీ కొత్త జీవం పోసే ప్రముఖ ఆర్కిటెక్టు రవి గుండూరావు దగ్గర ఆగింది. మరి నిర్మాణానికి రూపం పోసేదెవరు? అందుకోసం.. ముంబైకి చెందిన డిజైనర్ నీలేశ్ ఠక్కర్‌నీ రంగంలోకి దించారు. మొత్తం కోటిన్నర రూపాయల ప్రాజెక్టు. అప్పట్లో వాడిన కలపనే 50 శాతం మేర మళ్లీ వాడారు. పాతకాలంలోగా కట్టుసున్నం, బెల్లం లాంటివి ఉపయోగించి ప్లాస్టరింగ్ చేశారు. ఆ పని చేయగలిగిన వారిని ఝార్ఖండ్ నుంచి రప్పించారు. లతలూ పూలూ చెక్కిన చెక్క స్తంభాలు, తలుపులకు పాలిష్ పెట్టి మళ్లీ వాటిని యథాస్థానంలో ఉంచారు. ఆ పనికి.. కేరళ నుంచి వడ్రంగులు వచ్చారు. ఇక ఇంటీరియర్స్ పర్యవేక్షణ బాధ్యత కృష్ణదేవరాయ భార్య రత్నశ్రీ రాయ స్వీకరించారు. ఇప్పుడు ఆ ఇంట్లో నివసించేది.. శ్రీకృష్ణ దేవరాయ, ఆయన భార్య, కుమారుడు తిరుమల వెంకట దేవరాయ, ఇద్దరు కవల కుమార్తెలు కృష్ణ రాయకుమారి, శివ రాయకుమారి. వారితోపాటు.. కంటికి కనిపించని తరతరాల చరిత్ర కూడా!! ❁







కృష్ణ దేవరాయ కుటుంబం

ఫొటోలు: **రవి నంబూరి**



ప్రవర్తన మార్చేదెలా?

ప్ర: నమస్తే మేడమ్. మాకిద్దరు **అబ్బాయిలు. పెద్దవాడు తొమ్మిది, చిన్నవాడు ఏడో తరగతి, ఇద్దరూ చదువుల్లోనూ, ఆటల్లోనూ చురుగ్గా ఉంటారు. ప్రవర్తనలో మాత్రం చాలా తేడా ఉంది. పెద్దవాడు తమ్ముడిని అడగకుండానే వాడి వస్తువులు తీసి వాడుకుంటాడు. కానీ చిన్నవాడు సాధ్యమైనంతవరకూ అన్నయ్య వస్తువులు ముట్టుకోడు. ఒకవేళ వాడుకోవాల్సి వస్తే అనుమతి తీసుకుంటాడు. తరచూ తమ్ముడి పుస్తకాలు, బొమ్మలు దాచిపెట్టడం పెద్దవాడికి అలవాటు. ప్రశ్నిస్తే తెలీదంటాడు. చివరకు అవి వాడి బ్యాగులోనే దొరుకుతాయి. ఒక్కోసారి కప్‌బోర్డ్‌పైనో, బీరువాపైనో దాచేస్తాడు. ఇచ్చిన మాట ఏదీ నిలబెట్టుకోడు. చెప్పిన మాట వినాలని తిడితే కోపం వచ్చేస్తుంది. ఏడుస్తాడు. వాడి ప్రవర్తనలో మార్పెలా వస్తుంది?**

- రమణారావు, మియాపూర్

జ: సాధారణంగా మన దగ్గర, రెండో సంతానం వచ్చేసరికి ముందు పుట్టిన అబ్బాయిగానీ అమ్మాయిగానీ, తమ పనులు తామే చేసుకుంటే బాగుంటుంది కదా అని ఆలోచిస్తారు. పెద్దపిల్లలు చిన్నవారికి రోల్‌మోడల్‌గా ఉండాలని ఆంక్షలు విధిస్తారు. మునుపటిలా వాళ్లపై అంత శ్రద్ధ చూపించరు. ఒక్కోసారి విసుక్కుంటారు కూడా! ఇది పిల్లల్లో అసహనాన్ని కలిగిస్తుంది. తోబుట్టువుపై అకారణ ద్వేషానికి కారణమవుతుంది. అది వయసుతో పాటు పెరిగి పెద్దవుతుంది. అదే సమయంలో పిల్లలిద్దరినీ పోల్చి చూడటం మొదలవుతుంది. కానీ పిల్లలు ఎవరికి వారు తమదైన వ్యక్తిత్వాన్ని కలిగి ఉంటారనే విషయాన్ని మర్చిపోకూడదు. అందుకే, ఎప్పుడూ ఒకరితో మరొకరిని పోల్చవద్దు. దీనివల్ల పిల్లల మధ్య శత్రుత్వం ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. ఇవన్నీ కూడా మీ అబ్బాయి ప్రవర్తనకు పరోక్ష కారణాలే. పెద్దబ్బాయి అల్లరి చేయడం వెనుక, కన్నవాళ్ల దృష్టిని తమవైపు తిప్పుకోవాలనే కోరికా అంతర్లీనంగా ఉండొచ్చు.

క్రమశిక్షణ, మంచి అలవాట్లు వంటివి చిన్న పిల్లాడికి అబ్బినట్టు పెద్దవాడికి అబ్బలేదనేగా మీ బెంగ. తనని సరైన దార్లోకి తీసుకు రావాలనేగా మీ ఆలోచన. దానికి ముందు వాళ్ల వయసులను కూడా పట్టించుకోవాలి. చిన్న పిల్లాడు టీనేజ్‌లోకి అడుగు పెడుతున్నాడు. పెద్ద పిల్లాడు ఇప్పటికే అడుగు పెట్టేశాడు. హార్మోన్ల వల్ల శరీరంలో మార్పులు వచ్చే సమయమిది. కౌమారంలో పెద్దబ్బాయి పట్ల మీ వైఖరి సున్నితంగా ఉండాలి. ఏ పని చేయడానికైనా మీ నుంచి తనకి ప్రేరణ లభించాలి. కాబట్టి సన్నిహితంగా మెలగండి. తమ్ముడి వస్తువులను దాచిపెట్టడం వెనుక కారణమేంటో నెమ్మదిగా అడిగి తెలుసుకోండి. ఎందుకలా ప్రవర్తిస్తున్నాడో అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. గట్టిగా తిట్టడం, కొట్టడం వల్ల ఏడుస్తాడు. అంతేగానీ అసలు విషయం బయటకు రాదు. బాబుతో ఎక్కువ సమయం గడపండి. తనలోని నైపుణ్యాలను ప్రశంసించండి. చిన్న చిన్న విజయాలకు కూడా అభినందించండి. మేక్ హిమ్ ఫీల్ గుడ్. తను చేస్తున్న పనులు ఎలాంటి అనర్థాలకు కారణమౌతాయో ఓపిగ్గా వివరించండి. నెమ్మదిగా ఆ చెడు అలవాట్లు పోతాయి.

ప్ర : **మేడమ్ మా అబ్బాయి వయసు పన్నెండేళ్లు. పదే పదే చేతులు కడుక్కుంటూ ఉంటాడు. దీన్నెలా మాన్పించాలో తెలియటం లేదు. సలహా చెప్పగలరు?**

- యూసఫ్‌సనా, ఇ-మెయిల్

జ: సాధారణంగా ఈ తరహా సమస్యలకు సమాధానం ఇచ్చే ముందు డాక్టర్లు పేషెంట్ తాలూకు కుటుంబ చరిత్రను పరిశీలిస్తారు. ఎందుకంటే ఇలాంటి అలవాటు వంశపారంపర్యంగా వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. మీ అబ్బాయి అలవాట్లను సునిశితంగా గమనించాల్సి ఉంటుంది. కేవలం చేతులు మాత్రమే ఎక్కువసార్లు కడుగుతున్నాడా? మిగిలిన విషయాల్లోనూ తన వైఖరి ఇలాగే ఉంటుందా... అనేది తెలుసుకోవాలి. అంటే ఎక్కువసేపు స్నానం చేయడం, భోజనానికి ముందు పళ్లాన్ని ఎక్కువసార్లు కడగటం, పదార్థాలు వడ్డించాక వాటిని పరిశీలనగా చూడటం, తన గదిని పదే పదే సర్దుకోవడం వంటి పనులన్నమాట. మీ అబ్బాయిని మీరు 'ఒకటికి పదిసార్లు ఎందుకు చేతులు కడుగుతున్నావు?' అని ఎప్పుడైనా అడిగారా? ఏమని సమాధానమిచ్చాడు? ఆ సమాధానం వల్ల కూడా అతడిలో సమస్య ఏమిటనేది తెలుసుకోవచ్చు. చేతులు ఎంత కడిగినా శుభ్రం కావట్లేదని కడుగుతున్నాడా, లేక శుభ్రం చేసుకున్న విషయం మర్చిపోయి మళ్లీ మళ్లీ చేస్తున్నాడా? అనేదీ తెలియాలి.

వంశపారంపర్య సమస్య కాదని గుర్తించినప్పుడు, ఆ అలవాటును మాన్పించడానికి గట్టిగా ప్రయత్నిస్తే సరిపోతుంది. చిన్నవయసే కాబట్టి అంతగా ఆందోళన చెందాల్సిన పనిలేదు. అయితే ఈ ధోరణి ఎక్కువ అవుతుంటే మాత్రం 'కాగ్నిటివ్ బిహేవియర్ థెరపీ (సీబీటీ)' ద్వారా నయం చేయాల్సి ఉంటుంది. ఈ థెరపీకి వెళ్లడానికి ముందు మీ అబ్బాయి 'అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ డిజార్డర్' (ఒసీడీ)తో బాధపడుతున్నాడా? లేదా? అనేది నిర్ధారించాల్సి ఉంటుంది. మన ఆలోచనలు అటూఇటూ పోకుండా మెదడు నియంత్రిస్తూ ఉంటుంది. కానీ మెదడులో 'సెరటోనిన్' అనే రసాయన పరిమాణం తగ్గితే అది 'ఒసీడీ'కి దారితీస్తుంది. దానివల్ల కొన్ని విషయాల్లో మామూలుగానే ఉన్నవారు 'శుభ్రత' లాంటి మరికొన్ని విషయాల్లో అతిగా ప్రవర్తిస్తుంటారు. 'కాగ్నిటివ్ బిహేవియర్ థెరపీ' ద్వారా దీనిని పరిష్కరించవచ్చు.



సుజాతా రాజమణి
కన్సల్టెంట్ సైకోథెరపిస్ట్,
కిమ్స్ హాస్పిటల్

మీ పిల్లల ప్రవర్తనకు సంబంధించి ఏమైనా ప్రశ్నలుంటే మాకు పోస్ట్‌లో గానీ, మెయిల్‌లో గాని పంపవచ్చు.

అడ్రస్ : ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి, రోడ్ నెం. 70, జూబ్లీహిల్స్, హైదరాబాద్- 33, **మెయిల్ ఐడి :** sunday.aj@gmail.com

‘సహస్ర’ రామానుజం

భగవత్ రామానుజులు వ్యవస్థలోని లోపాల్ని ప్రశ్నించారు. సమాజంలోని వివక్షను నిలదీశారు. సమతా సిద్ధాంతాన్ని ప్రతిపాదించారు. సమసమాజాన్ని నిర్మించారు. మే 1న ఆచార్యుల సహస్రాబ్ది వేడుకల సందర్భంగా... ఆ గురుపరంపరకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న త్రిదండి చినజీయర్ స్వామి యతిరాజుల జీవితాన్నీ సందేశాన్నీ వివరిస్తున్నారు, విశ్లేషిస్తున్నారు...

కవర్ స్టోరీ



చేతిలో త్రిదండం.
కాషాయ వస్త్రాలు.
నుదుట నామం.
మొహం మీద చిరునవ్వు.
చుట్టూ ఆధ్యాత్మిక కాంతి.

గోడ మీద ఫొటోగానో, పూజగదిలో విగ్రహంగానో బాల్యం నుంచీ చూస్తున్న రూపమే. దండం పెట్టుకుంటున్న రూపమే. కానీ, రామానుజులవారి విరాట్ స్వరూపాన్నీ హిమశిఖర సమానమైన వ్యక్తిత్వాన్నీ అర్థం చేసుకున్నది మాత్రం పెదజీయరు స్వామివారి సమక్షం లోనే. ఆయన అనుగ్రహభాషణాల్లో రామానుజుల ప్రస్తావన ఉండితీరాల్సిందే. వేయి సంవత్సరాల క్రితం ఓ సర్వసంగపరిత్యాగి సమాజం గురించీ ప్రజల గురించీ ఇంత లోతుగా, అంత శాస్త్రీయంగా ఆలోచించారంటే ఆశ్చర్యం కలుగుతుంది. ఆధ్యాత్మికవేత్తగానో, సంఘసంస్కర్తగానో, నాయకుడిగానో, గ్రంథకర్తగానో - ఏ ఒకటిరెండు కోణాల నుంచో ఆ మహానుభావుడిని స్మరించుకుంటే... మహాపర్వతాన్ని అద్దంలో చూపినట్టే ఉంటుంది. రామానుజుల వారిది బహుముఖ ప్రజ్ఞ.

గొప్ప విద్యావేత్త...

ఏ మేధావుల బృందమో గుర్తించి ఇచ్చే... నోబెల్ బహుమతే గొప్పదైతే, మహామహ పండితులకు సైతం జ్ఞానభిక్షను ప్రసాదించిన సరస్వతీదేవే ఆ విద్వత్తుకు మెచ్చి ఇచ్చిన బిరుదం ఇంకెంత గొప్పదై ఉండాలి. రామానుజులకు ఆ అరుదైన పురస్కారం దక్కింది. కశ్మీర్‌లోని శారదాపీఠానికి వెళ్లి విద్యను అభ్యసించి వచ్చారాయన. దేశ విభజన తర్వాత ఈ పీఠాన్ని ముష్కరమూకలు సర్వనాశనం చేశాయి. కొన్ని వేల పుస్తకాల్ని తగులబెట్టాయి. బూడిదపాలైపోగా... మిగిలిన కొన్ని గ్రంథాల్ని హోషియార్‌పూర్‌లోని విశ్వబంధు ఇండలాజికల్ రిసెర్చ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో భద్రపరిచారు. ఇప్పటికీ అక్కడ, దాదాపు ముప్పై అయిదువేల గ్రంథాలు ఉన్నాయి. తన సమక్షంలో రామానుజులు ఉపనిషత్తుల మీద ఇచ్చిన ఉపన్యాసానికి మురిసిపోయి ‘భాష్యకార...’ అని కీర్తించారట చదువులతల్లి. అక్కడి నుంచి తిరిగివచ్చాక స్వామివారు బ్రహ్మసూత్రాల మీద వ్యాఖ్యానం రాశారు. నేటికీ అదే ప్రామాణికం.

మహా సంస్కర్త...

దళితులు వెలివాడల్ని దాటి రాలేని రోజుల్లో... వచ్చినా వీపుకు చీపురు వేలాడేసుకోవాల్సిన దురదృష్టకర పరిస్థితుల్లో... భగవంతుడి దృష్టిలో అందరూ సమానమే అని చాటిచెప్పారు రామానుజులు. బోధనలతో సరిపెట్టుకోలేదు, ఆలయ సేవల్లో అన్ని వర్గాల్నీ భాగస్వాముల్ని చేశారు. కొందరికి పల్లకీ మోసే సేవ అప్పగించారు. కొందరికి వింజామరలు వీచే అదృష్టం కల్పించారు. కొందరికి దివిటీలు పట్టే భాగ్యం ప్రసాదించారు. కులం కాదు, గుణం గొప్పని చాటారు. గుణాన్ని మించిన యోగ్యత లేదన్నారు. ఆ మార్పును ఛాందసవాదులు జీర్ణించుకోలేకపోయారు. శాస్త్రవిరుద్ధమని గగ్గోలుపెట్టారు. అధర్మమంటూ ఆగ్రహించారు. స్వామివారు ఆ కువిమర్శల్ని పట్టించుకోలేదు. సాక్షాత్తు భగవానుడే గీతలో తాను అందరివాడినని ప్రకటించినపుడు... మనలో మనం ఇలాంటి తేడాలు సృష్టించుకోవడం సరికాదని హితవు చెప్పారు. మహిళల విషయంలోనూ అంతే. స్త్రీ... మాతృమూర్తిగా జగత్తుకే మాటలు నేర్పుతుందే. చదువులమ్మ సరస్వతి కూడా ఓ మహిళే. అలాంటి తల్లి నోరారా చదివితే, మంత్రం అపవిత్రం అవుతుందా? కానేకాదు. అయితే గియితే, మరింత పవిత్రం కావాలిగానీ - అంటూ మహిళలకు మంత్ర



యోగ్యత కల్పించారు. ఆధ్యాత్మిక సాధనకు అవకాశం ఇచ్చారు. ఆ ప్రోత్సాహంతోనే ఎంతోమంది మహిళలు పండిత చర్చల్లో పాల్గొన్నారు. ఆధ్యాత్మికోన్నతిని సాధించారు.

జిజ్ఞాసి...

రామానుజులు బాల్యంలో యాదవ ప్రకాశులనే గురువుల దగ్గర పాఠం నేర్చుకున్నారు. ఎవరేం చెప్పినా గుడ్డిగా తలూపే తత్వం కాదు ఆయనది. ప్రతి విషయాన్నీ విమర్శనా దృష్టితో చూసేవారు. ప్రతి పాఠాన్నీ త్రికరణ శుద్ధిగా చదివేవారు. టిప్పణిలోని తప్పుల్ని ఎత్తిచూపేవారు. బోధనలోని లోపాల్ని పట్టి ఇచ్చేవారు. ఇందుకో చిన్న ఉదాహరణ...

దేవుడికి రెండు కళ్లున్నాయి. అవి ఎలా ఉన్నాయి.. పద్మాల్లా అందంగా ఉన్నాయి. పద్మాలు ఎంత అందంగా ఉన్నాయి? కప్యాసం పుండరీకం- అంటుంది ప్రాచీన వ్యాఖ్యానం. కోతి పృష్ఠభాగంలా ఎర్రగా ఉంటాయన్నది వ్యాఖ్య. దేవుడి కళ్లను తామరతో పోలుస్తామే. అలాంటి పవిత్ర పుష్పాలకు ఇలా పోలిక చెప్పడం రామానుజులకు నచ్చలేదు. గురువులతో వాదించారు. కపి అంటే సూర్యుడు. కపి అంటే తామర తూడు కింద ఉన్న కాడ అన్న అర్థమూ ఉంది. కపి... నీటిని తాగేది. సూర్యుడు నీళ్లను పీల్చుకుంటాడు. తామరా అదే పని చేస్తుంది. కప్యాసం అంటే... సూర్యుడివల్ల వికసించేది అని అర్థం. ఆ విశ్లేషణ గురువునే ఆశ్చర్యపరచింది. గురువుకే అసూయ కలిగించింది. రామానుజులను కాశీకి తీసుకెళ్లి గంగలో ముంచేయాలని కుట్రపన్నారు యాదవప్రకాశులు. ఆ విషయాన్ని ముందే గ్రహించి సురక్షితంగా బయటపడ్డారు. కాంచీపురానికి తిరిగి వచ్చాక కూడా, గురువుల పట్ల ఎలాంటి అవిధేయతా చూపలేదు. అలా అని, ప్రాణ భయంతో నోరు మెదపకుండా కూర్చోనూ లేదు. అంతచిన్న వయసులోనే అంతటి స్థిత ప్రజ్ఞతను ప్రదర్శించారు. మెల్లగా గురువుగారి ఆలోచనల్లో మార్పు వచ్చింది. రామానుజుల మాటల్లోని మంచి మనసుకెక్కింది. శిష్యుడికే శిష్యుడిగా మారిపోయారు.

అందరి కోసం...

ఆరోజుల్లో, గోష్ఠీపురమనే గ్రామంలో ఓ గురువుగారు ఉండేవారు. గురువు చెబితేనే ఏ మంత్రానికైనా విలువ. 'సర్వధర్మాన్ పరిత్యజ్య..' అన్న చరమశ్లోకానికి అర్థం తెలుసుకోడానికి ఆయన దగ్గరికి వెళ్లారు రామానుజులు. రకరకాల కారణాలు చెప్పి... ఆ గురూజీ పద్దెనిమిదిసార్లు రామానుజులవారిని వెనక్కి పంపారు. రామానుజులు ప్రతి అడ్డంకునూ అధిగమించుకుంటూ వెళ్లారు. పందొమ్మిదో సారి.... గురువుగారికి కాదనడానికి కారణం కనిపించలేదు. రహస్యోపదేశం చేశారు. రామానుజులు బయటికి రాగానే.... అక్కడున్న జనం ఆయన్ని చుట్టుముట్టారు. ముక్తి మార్గాన్ని బోధించమని విన్నవించారు. దీంతో ఆలయ గోపురమెక్కి సర్వజనులకూ వినిపించేలా నారాయణ మంత్రాన్ని ఉద్ఘాటించారు. రామానుజులు చరమశ్లోక రహస్యాల్నే బట్టబయలు చేశారంటూ అగ్రహారికులంతా వెళ్లి గురువుగారికి ఫిర్యాదు చేశారు. ఆ మాట వినగానే ఆయన కోపంతో ఊగిపోయారు. 'నువ్వు నరకానికి వెళ్తావు...' అని శపించారు. 'మంత్ర అర్థం తెలిస్తే జనానికి ఏం వస్తుంది?' అని సావధానంగా ప్రశ్నించారు రామానుజులు. 'మోక్షం వస్తుంది. కష్టాల్లోంచి బయటికొస్తారు. ఆ మాట శాస్త్రమే చెప్పింది' అన్నారు గురువుగారు. 'అంతమందికి మోక్షం వచ్చేట్టయితే, నేను నరకానికి వెళ్లడానికైనా సిద్ధమే' అని జవాబిచ్చారు రామానుజులు. ఆ సామాజిక దృష్టి గురువుగార్ని కదిలించింది. 'నాకంటే, నాలాంటి చాలామంది కంటే నువ్వే గొప్పవాడివి. ఎమ్ పెరుమ్ ఆనారే....' అన్నారు. ఎంబెరుమానార్.... అన్న పేరు రామానుజులకు స్థిరపడిపోయింది. అంతేకాదు, ఆయన తన కొడుకును రామానుజుల చేతిలో పెట్టి... 'నీ ఆలోచనలతోనే ఓ మంచి సమాజం సాధ్యం అవుతుంది. నా బిడ్డను నీ శిష్యుడిగా స్వీకరించు...' అని ప్రార్థించారు.

రామానుజులు చేపట్టిన సామాజిక - ఆధ్యాత్మిక సంస్కరణలు శ్రీరంగం

వారే... వీరు!

మేము తూర్పుగోదావరి జిల్లాలోని అర్తమూరులో పుట్టాం. నాన్న వెంకటాచార్యులు. అమ్మ అలిమేలు మంగమ్మ. మెట్రిక్‌లో ఉన్నప్పుడు నాన్న మరణించారు. దీంతో బాధ్యతలు పెరిగాయి. ఉద్యోగం కోసం హైదరాబాద్ వచ్చేశాం. ఓసారి ఏదో పనిమీద రాజమండ్రికి వెళ్లినప్పుడు అమ్మగారు కొన్ని పూజాద్రవ్యాలు మా చేతికిచ్చి కాకినాడ పంపారు. అక్కడ పెదజీయరు స్వామివారు యాగాన్ని తలపెట్టారు. అదే తొలిసారిగా గురువుగారిని చూడటం. ఆయన ద్వారానే రామానుజులవారి గురించి తెలుసుకున్నాం. పెదజీయరుస్వామి వారికీ రామానుజులకూ ఎంతో సారూప్యం ఉంది. ఇద్దరూ సంస్కర్తలే. పెదజీయరు స్వామి పూర్వాశ్రమంలో... స్వాతంత్ర్య సమరయోధులు. మహాదాత. ఖద్దరు కట్టారు. నూలు ఒడికారు. సొంతూరిలో పంచాయతీ వ్యవస్థను పరిచయం చేశారు. దళితులకు ఇళ్లు కట్టించారు. భారతీయ ఆలయాల పునరుద్ధరణ కమిటీకి నాయకత్వం వహించి.. అనేక జీర్ణాలయాలకు జీవం పోశారు. ఈ ఇద్దరూ నాకు స్ఫూర్తిప్రదాతలు, మార్గదర్శకులు.



లోని ఛాందసవాదుల్లో గుబులు పుట్టించాయి. విషం కక్కుతున్న ఆ విద్వేషం.... హత్యా ప్రయత్నాల దాకా వెళ్లింది. ఓసారి తీర్థంలో విషం కలిపారు. అది పనిచేయలేదు. మరోసారి ఆయనకు పెట్టిన భిక్షలో మృత్యు గుళికల్ని కలిపి ఇచ్చారు. భిక్ష ఇస్తున్న సమయంలో ఆ ఇంటి ఇల్లాలి కన్నీళ్లను చూడగానే, ఆయన మనసు కీడు శంకించింది. కావేరీతీరంలో మూట పక్కనపెట్టి, దాని గురించే ఆలోచిస్తూ ఉంటే... ఎట్నుంచో వచ్చి వాలిన కాకి ఆ ఆహారాన్ని ఎంగిలి చేసి కుప్పకూలిపోయింది. ఎంగిలి చేసిన కుక్కకూ అదే గతి పట్టింది. రామానుజుల జీవితంలో ఇలాంటి సవాళ్లూ సంక్షోభాలూ అనేకం. ఏ ఒక్కటీ ఆయన సంకల్ప బలాన్ని దెబ్బతీయలేకపోయాయి.

రామానుజులవారు గొప్ప ఆధ్యాత్మిక నాయకులు. ఆయనంటే ప్రజలకు అపార అభిమానం. ఎక్కడికెళ్లినా తండోపతండాలుగా తరలివచ్చేవారు. అందులో పండితులు ఉండేవారు, పామరులూ ఉండేవారు. బ్రాహ్మణులు ఉండేవారు, దళితులూ ఉండేవారు. మనిషికి కొలమానం కులంకాదు, గుణమని చాటిన మహా సంస్కర్త ఆయన. ఆ సంస్కరణలన్నీ భారతీయ సమాజానికి అంతరాత్మలాంటి దేవాలయాలు కేంద్రంగా జరిగాయి. నూట ఎనిమిది వైష్ణవదేశాలు... ఆ సంస్కరణోద్యమంలో ప్రధాన పాత్ర పోషించాయి. ప్రతి క్షేత్రం వెనుకా ఓ ఐతిహ్యం కనిపిస్తుంది. కులం కంటే భక్తే ప్రధానమన్న మహత్తర సందేశం వినిపిస్తుంది.

మహాగురువు

గురువు అంటే ...అందరికీ గురువే. ఏ ఒక్కరికి కాకపోయినా, అసలు గురువే కానట్టు లెక్క. రామానుజులవారు గురువులకే గురువు. దేవుడికి కూడా గురువు. వేంకటేశ్వరుడే రామానుజులను తన గురువుగా స్వీకరించాడు. ఆ సమయానికి తిరుమల దేవుడికి శంఖ చక్రాల్లేవు. మామ ఆకాశ రాజు తమ్ముడైన తొండ మాన్ చక్రవర్తి ఓ యుద్ధం కోసమని తీసుకునెళ్లి తిరిగి ఇవ్వలేదు. దీంతో... అసలు అక్కడ నెలకొన్న విగ్రహం వైష్ణవ మూర్తి కాదేమో అన్న అనుమానాలు వచ్చేశాయి. కొందరు శివుడు అన్నారు. కొందరు మహాశక్తి అన్నారు. కొందరు షణ్ముఖుడని అన్నారు. రామానుజులవారు మాత్రం... 'ఇతడు సాక్షాత్తు లక్ష్మీపతి అయిన నారాయణుడే' అని స్పష్టం చేశారు. ఆ వివాదాన్ని ఓ కొలిక్కి తీసుకొచ్చే ఉద్దేశంతో అక్కడి రాజుగారితో పండిత సభ ఏర్పాటు చేయించారు. అన్ని ధర్మాల ప్రతినిధులూ అక్కడికొచ్చారు. ఏడుకొండలవాడు శ్రీనివాసుడే అంటూ... పదకొండు పురాణాల్ని ప్రమాణాలుగా చూపించారు ఆచార్యులు. అయినా ఏవో ఆక్షేపణలు వచ్చాయి. దీంతో సభాముఖంగా ఓ సవాలు విసిరారు... 'ఎవరి ధర్మానికి సంబంధించిన అలంకరణల్నీ ఆభరణాల్నీ వారు గర్భాలయంలో పెట్టివెళ్దాం. తెల్లారేలోపు దేవుడు దేన్ని స్వీకరిస్తే, అదే తన అవతారమని స్వామి ప్రకటించినట్టు'. అంతా సరేనన్నారు. అయినా, అందర్లో ఏదో సందేహం. ఒక్క రామానుజులు మాత్రం మహా నమ్మకంగా ఉన్నారు.... పరమాత్మ మీదున్న అచంచల విశ్వాసమది. మరునాడు, సుప్రభాత సేవ సమయానికి తలుపు తెరిచి చూస్తే... శ్రీనివాసుడు శంఖచక్రధారిగా దర్శనమిచ్చాడు. అపోహలు తొలగిపోయాయి. అనుమానాలు పటాపంచలయ్యాయి. మళ్లీ వేదోక్తంగా శంఖ చక్రాల్ని తొడిగి... మూడునామాలు దిద్దారు రామానుజులు. శంఖచక్రాలు ఇచ్చే అర్హత గురువుకే ఉంటుంది. అలా విష్ణుమూర్తికి వైష్ణవదీక్ష ప్రసాదించి దేవుడికే గురువు అయ్యారు. ఆ విషయాన్ని భక్తులు గొప్పగా చెప్పుకోవడం కాదు... వేంకటేశ్వరుడే ప్రకటించాడు.

రామానుజులు నూట ఇరవై సంవత్సరాలు ఈ భూమ్మీద ఉన్నారు. చివరిసారిగా, నూట రెండో ఏట కొండమీదికొచ్చారు. తిరిగి శ్రీరంగానికి బయల్దేరుతుంటే.... అనంతాచార్యులనే పండితుడు పాదాల మీద పడిపోయారు. 'మిమ్మల్ని విడిచి ఉండలేనంటూ..." కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నారు. తిరుమలలో ఓ పూజా విధానాన్నీ, ఆలయ పాలన వ్యవస్థనీ ఏర్పాటు చేశాక... తన ప్రతినిధిగా అనంతాచార్యుల్ని నియమించారు రామానుజులు. వెళ్తూ వెళ్తూ ... అనంతుడి దగ్గరున్న తన విగ్రహాన్ని ఆలింగనం చేసుకుని తన తేజస్సును అందులో జొప్పించారు. రోజూ ఆ ప్రతిమను పూజించుకునేవారు అనంతాచార్యులు. రామానుజులు దివంగతులైన వార్త వినగానే... అనంతుడికి వేంకటేశ్వరస్వామి మీద కోపం వచ్చేసింది. 'మా గురువుగార్నే తీసుకెళ్లిపోతావా?' అంటూ దేవుడి మీద





సంక్షిప్తంగా....

పూర్వాశ్రమనామం : ఇళయ పెరుమాళ్
సన్యాసనామం : శ్రీ రామానుజాచార్యులు
జననం : క్రీ.శ. 1017
పరమపదం: క్రీ.శ. 1137
తల్లిదండ్రులు : కేశవాచార్యులు, కాంతమతి
జన్మస్థానం : శ్రీపెరుంబుదూరు
గురువులు : యాదవప్రకాశులు
స్ఫూర్తిప్రదాత : యామునాచార్యులు
ప్రేరణనిచ్చినవారు : మహాపూర్ణులు
ప్రతిపాదించిన ధర్మం : విశిష్టాద్వైతం
రచనలు: వేదార్థ సంగ్రహం, గీతాభాష్యం, శ్రీభాష్యం, వేదాంతదీపం, వేదాంతసారం తదితర గ్రంథాలు.
భక్తులు పిలుచుకునే పేర్లు : యతిరాజు, ఉడయవర్లు, లక్ష్మణముని, తిరుప్పావై జీయర్
తీర్చిదిద్దిన ఆధ్యాత్మిక కేంద్రాలు : తిరుపతి గోవిందరాజస్వామి ఆలయం, తిరుమల ఆలయం, కర్ణాటకలోని మేల్కొటె ఆలయం, తమిళనాడులోని శ్రీరంగక్షేత్రం మొదలైనవి.

'ప్రతి అణువులోనూ విష్ణువు ఉన్నాడు. అందుకే, వైష్ణవమైంది ప్రపంచం.... సర్వం విష్ణుమయం జగత్'

'సమాజ వికాసానికి అడ్డుగా నిలిచే నమ్మకాలు, ఎంత ప్రాచీనమైనవి అయినా సరే, మార్చాల్సిందే... మనమూ దారి మార్చుకోవాల్సిందే'

'ఏ విషయాన్నీ గుడ్డిగా నమ్మాల్సిన పనిలేదు. తర్కానికి నిలబడితేనే ఆమోదించాలి, ఆహ్వానించాలి'

'వ్యక్తిగత శ్రేయస్సు కంటే సమాజ శ్రేయస్సే ముఖ్యం. పదిమందికీ మేలు జరిగే పక్షంలో.... మనం కష్టనష్టాలకైనా సిద్ధంగా ఉండాలి'



అలిగారు. మూలవిరాట్టుకు పూలదండలు తీసుకెళ్లడం ఆపేశారు. దీంతో శ్రీనివాసుడు అర్చకుల ద్వారా కబురుపెట్టించాడు. అనంతాచార్యులు వెళ్లక తప్పలేదు. 'రామానుజులవారు ఇక లేరన్న బాధ నీకే కాదు, నాకూ ఉంది. పునరపి జననం, పునరపి మరణం. మరణం ప్రకృతి ధర్మం. ఆ చక్రాన్ని ఎవరూ అడ్డుకోలేరు. అయినా, రామానుజులవారు నీకిచ్చిన విగ్రహం ఉందిగా. దాన్ని తీసుకురా. ఆనందనిలయంలో ఈశాన్యమూలన ప్రతిష్ఠించు. నా హృదయానికి వారి పాదం తాకేంత ఎత్తులో ఆ విగ్రహం ఉండాలి. ఎందుకంటే, గురువు పాదాలు శిష్యుడి హృదయాన్ని తాకాలి' అని చెప్పాడు. ఆ ఘట్టంద్వారా... రామానుజులవారు తనకు గురువనే విషయాన్ని ప్రపంచానికి చాటాడు శ్రీవేంకటేశ్వరుడు.

మహావాది

ఆరోజుల్లో రామానుజులవారు పదివేల మంది పండితులతో చర్చలు జరిపారు. మేల్కోటెలో ఉన్నప్పుడు... తిరునారాయణ పెరుమాళ్ ఆలయాన్ని నిర్మించారు. ఆసమయంలో అక్కడి పాలకుడు కూడా శిష్యుడిగా మారాడు. దీంతో ఆయన ఆస్థానంలోని పదివేలమంది పండితులకు కోపం వచ్చింది. 'అంతటి ఘనుడా? అయితే మాతో వాదానికి రమ్మని చెప్పండి' అంటూ కాలుదువ్వారు. రామానుజులు తన వాదనా పటిమతో అందరి నోళ్లూ మూయించారు. అంతటి విద్వత్తు వారిది. వాళ్లంతా జైనమునులు, దిగంబరులు. ఎదుటి మనిషిని నగ్నంగా చూడటం మహాపరాధం. దీంతో ఓ తెర కట్టించుకుని మరీ వాదం జరిపారు. ఆ సమయంలో రామానుజులవారు....పదివేల పడగల శేషుడిలా కనిపించారట.

భారతీయ సంస్కృతి ఆలయం చుట్టే తిరుగుతుంది. గుడి పాడుబడి పోయిందంటే, జాతి నిర్జీవమైనట్టే. కాబట్టే, రామానుజులు జీర్ణాలయాల పునరుద్ధరణకు నడుం బిగించారు. ఆలయాలకు ఓ నిర్వహణా వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేశారు. వేదప్రమాణాలతో పూజా విధానాన్ని రూపొందించారు. నాలుగువైపుల జనం ఓ చోట కలుసుకునేలా తిరునాళ్లూ ఉత్సవాలూ ఆరంభించారు. ఆ సత్సంగాలతోనే ప్రజల్లో సమైక్య భావన బలపడుతుంది. ఆయన సామాజిక వాస్తుశిల్పి కూడా. తన ఆలోచనలూ సిద్ధాంతాలూ తనతోనే ఆగిపోకూడదన్న దీర్ఘకాలిక ప్రణాళికతోనే డెబ్బైనాలుగు మంది సింహాసనాధిపతులను నియమించారు. ఆ ఆధ్యాత్మిక రాయబారులు... వెలివాడల దాకా వెళ్లి విష్ణుతత్వాన్ని బోధించారు.

ఆధ్యాత్మిక నాయకుడు

నాయకుడనేవాడు ప్రజల్ని భ్రమల్లో ఉంచడు. ఆ భ్రమల్ని బద్దలు కొడతాడు. ఆధ్యాత్మిక నాయకుడిగా రామానుజులవారు చేసింది అదే. ఎదుటి మనుషుల్లోని బలహీనతల్ని బలంగా మార్చారు. ధనుర్దాసు అనే వ్యక్తి ఉండేవాడు. అతడికి తన భార్యంటే మహా మోజు. అందులోనూ ఆమె కళ్లంటే ఎక్కడ లేని వ్యామోహం. 'నీ భార్య కళ్లకంటే వేయిరెట్లు అందమైన కళ్లను చూపిస్తాను రా...' అంటూ రంగనాథుడి ఆలయానికి తీసుకెళ్లారు. మూలవిరాట్టు ముందు నిలబెట్టి 'స్వామీ! నీ నేత్ర సౌందర్యాన్ని చూపించు' అని ప్రార్థించారు. దేవుడి కళ్లు విప్పారాయి. సౌందర్యమంటే అదీ! మహాభక్తుడిగా మారిపోయాడు ధనుర్దాసు.

తన తర్వాత వచ్చిన ఆధ్యాత్మికవేత్తలకు రామానుజుడు స్ఫూర్తిప్రదాత. అప్పటిదాకా ప్రపంచం అంటే మాయ! ఆ మాయావాదాన్ని ఆయన ఖండించారు. నువ్వు నిజం. నీ బతుకు నిజం. నీ అనుభవాలు నిజం. ఈ జగత్తు అంతా నిజం - అని చాటిచెప్పారు. ఆ మూలాల ఆధారంగానే, మధ్వాచార్యులు, వల్లభాచార్యులు, ప్రభుపాదులు... ఎవరికివారు తమతమ సిద్ధాంతాల్ని నిర్మించుకున్నారు. అలా భక్తి ఉద్యమానికి మూలపురుషులుగా నిలిచారు రామానుజులు.

'నన్ను నడిపించే విష్ణువే నిన్నూ నడిపిస్తున్నాడు. పశుపక్ష్యాదుల్నీ నడిపిస్తున్నాడు..' అంటూ సమతావాదాన్ని చాటారు. ఆధ్యాత్మికత మార్గంలో ఆ సమతను సాధించారు. బ్రిటిష్ పాలన మొదలయ్యే దాకా ఆ సమసమాజమే ఉండేది. 'నేను దేశమంతా తిరిగాను. ఒక్క యాచకుడూ కనిపించలేదు. ఒక్క దొంగా కంటబడలేదు. ప్రతి ఇంట్లోనూ అపారమైన సంపద. ప్రతి మనిషిలోనూ అనంత వ్యక్తిత్వ సంపద. ఆధ్యాత్మిక, సాంస్కృతిక మూలాల్ని దెబ్బతీయగలిగితేనే... భారతదేశం మీద పట్టు సాధించగలం. ముందుగా, తరాలనాటి సంప్రదాయ విద్యా విధానాన్ని నాశనం చేయాలి. ఆంగ్లమే గొప్పదన్న భావన కలిగించాలి. జనంలోని ఆత్మవిశ్వాసాన్ని అణగదొక్కాలి...' అంటూ లార్డ్ మెకాలే అనే పెద్దమనిషి తెల్లదొరలకు నివేదిక ఇచ్చాడు. ఆతర్వాతే.... మెల్లమెల్లగా, రామానుజులు స్థాపించిన సమ సమాజానికి బీటలుపడ్డాయి. ఆ లోపాన్ని సరిచేసుకోడానికి, ఆ పాపాన్ని కడిగేసుకోడానికి ఇదే తగిన సమయం. ఆ సంస్కర్త సందేశాన్ని నాలుగు దిక్కులకూ విస్తరించాలనే లక్ష్యంతోనే... శంషాబాద్‌లో సమతామూర్తి స్ఫూర్తి కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేస్తున్నాం. రెండువందలా పదహారు అడుగుల విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠిస్తున్నాం. ఆధునిక సమాజంలోని అన్ని జాడ్యాలకూ రామానుజతత్వంతో పరిష్కారం ఉంది. ఆ అమృతభాండాన్ని అందుకుందాం రండి.

శ్రీమతే రామానుజాయనమః
జై శ్రీమన్నారాయణ.

- సండే డెస్క్

cyber క్రైమ్

“రేయ్ మనోజ్... కొత్త గేమ్ వచ్చింది. నిన్ననే గూగుల్ ప్లే స్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేశా. భలేగుందిరా ఆ గేమ్. నువ్వు కూడా డౌన్‌లోడ్ చేసుకో” వాట్సాప్‌లో రవి మెసేజ్.

ఆన్‌లైన్ గేమ్‌ల పిచ్చివాడైన మనోజ్ వెంటనే రవి చెప్పినట్లు టాప్‌గన్ గేమింగ్ యాప్‌ను డౌన్‌లోడ్ చేసుకున్నాడు. వాడు చెప్పినట్టు నిజంగానే వెరీ ఇంట్రెస్టింగ్ గేమ్. టాప్‌గన్ యాప్ ద్వారా గన్ ఫైరింగ్ చేస్తూ, టార్గెట్‌ను హిట్ చేస్తూ గేమ్‌లో మునిగితేలాడు మనోజ్.

రవి, మనోజ్ లెక్చరర్లుగా ఉద్యోగం చేస్తున్నారు. వాళ్లిద్దరూ మంచి స్నేహితులు కూడా. ఇద్దరికీ ఆన్‌లైన్ గేమ్‌లంటే బాగా ఇష్టం. కొత్త గేమ్స్ ఏవొచ్చినా వెంటనే డౌన్‌లోడ్ చేసుకుని ఆడుతుంటారు. లెక్చరర్ ఉద్యోగం కావడంతో తీరిక ఎక్కువగానే దొరుకుతుంది. స్మార్ట్‌ఫోన్‌లోనే వివిధ బిల్లులు కట్టడం, టికెట్లు బుక్ చేసుకోవడం వంటి సమస్త పనులూ చేస్తుంటారు. అన్ని బ్యాంకుల యాప్‌లు డౌన్‌లోడ్ చేసుకుని ఆర్థిక లావాదేవీలు కూడా ఆన్‌లైన్‌లో నిర్వహిస్తుంటారు.

• • •

మనోజ్ హడావిడిగా పరిగెత్తుకుంటూ రవి ఇంటికి వచ్చాడు.

“రేయ్ రవీ... నా బ్యాంకు అకౌంట్ హ్యాక్ అయ్యింది. అన్ని ఖాతాల్లోంచి డబ్బులు ఎవరో డ్రా చేశారు. ఏం చేయాలో అర్థం కావడం లేదు” అన్నాడు కంగారుగా.

‘యాప్’ డౌన్‌లోడ్!



“అదేంటీ... నువ్వు చాలా క్రిటికల్ పాస్‌వర్డ్ ఉపయోగిస్తావు కదా. బ్యాంకు ఖాతాలు ఎలా హ్యాకయ్యాయి”

“అదేరా నాక్కూడా అర్థం కాలేదు....”

“నువ్వు కంగారుపడకు. నాకు తెలిసిన పోలీస్ ఆఫీసర్ ఉన్నాడు. ఆయనకు చెబుదాం...” అంటూ ఆయన నెంబర్ కోసం సెర్చ్ చేయడం మొదలెట్టాడు.

అంతలోనే రవి ఫోన్‌కు వరుసగా ఎస్సెమ్మెస్‌లు వచ్చాయి. కొన్ని సెకన్ల వ్యవధిలోనే రవికి సంబంధించిన బ్యాంకు ఖాతాల నుంచి కూడా డబ్బు మాయమైనట్టుగా ఆ ఎస్సెమ్మెస్‌ల ద్వారా తెలిసింది.

ఒక్కసారిగా షాక్‌కు గురైన రవి “అదేంట్రా... నీలాగే నాక్కూడా జరిగింది. రెండు లక్షల రూపాయలు పోయాయి” అంటూ బిక్కమొహం పెట్టి మెసేజ్‌లు చూపించాడు.

• • •

సైబర్ క్రైమ్ పోలీసుస్టేషన్...

ఫిర్యాదును పరిశీలించిన సైబర్ క్రైమ్ ఏసీపీ రఘువీర్ “అదేంటీ మీ ఇద్దరి బ్యాంకు ఖాతాలు ఒకసారే హ్యాక్ అయ్యాయి” అన్నాడు.

“అదే సార్ అర్థం కాలేదు...”

“ఈ మధ్య మీ ఫోన్ల నుంచి పోర్న్ వెబ్‌సైట్లు ఓపెన్ చేయడంగానీ, పోర్న్ వీడియోలు డౌన్‌లోడ్ చేయడంగానీ చేశారా?”

“లేదు సార్... మాకు అలాంటి ఇంట్రెస్టులేవీ లేవు” అన్నారిద్దరూ అయోమయంగా.

“ఒకసారి మీ ఫోన్లు ఇవ్వండి” అంటూ వారి దగ్గరి నుంచి ఫోన్లు తీసుకుని అందులోని యాప్స్, డౌన్‌లోడ్స్ హిస్టరీని పరిశీలించడం ప్రారంభించారు ఏసీపీ రఘువీర్.

రవి ఫోన్‌లోని ఒక్కొక్క యాప్‌ను పరిశీలిస్తున్న ఏసీపీ కళ్లు ఒక యాప్ సింబల్ చూడగానే పెద్దవయ్యాయి. “ఈ యాప్ ఎందుకు డౌన్‌లోడ్ చేశారయ్యా” అంటూ మనోజ్ ఫోన్ హిస్టరీని కూడా చూశారాయన. అందులోనూ అదే యాప్ ఉండటంతో అసలు సంగతి అర్థమయ్యింది.

“మీరిద్దరూ అర్జంటుగా మీ బ్యాంకు ఖాతాలను బ్లాక్ చేసుకోండి. సోషల్ మీడియా పాస్‌వర్డ్‌లు మార్చుకోండి. ఇక నుంచి ఈ ఫోన్ కూడా వాడొద్దు. ఎందుకంటే ఈ ఫోన్‌లోని మీకు సంబంధించిన సమాచారమంతా హ్యాకర్ల చేతికి వెళ్లిపోయింది” అన్నారు రఘువీర్.

“ఇంతకీ ఏం జరిగింది సార్...” అంటూ రవి, మనోజ్ ఆత్రుతతో ఒకేసారి ప్రశ్నించడంతో అసలు విషయం వివరించారు ఏసీపీ.

“పాకిస్తాన్ మన మీద ప్రయోగించిన మాల్‌వేర్ యాప్‌లను మీరు డౌన్‌లోడ్ చేసుకున్నారు. పాకిస్తాన్ నిఘా సంస్థ ఐఎస్ఐ మన రక్షణశాఖ ఉద్యోగుల వ్యక్తిగత సమాచారాన్ని తస్కరించడానికి నాలుగు మాల్‌వేర్ యాప్‌లను గూగుల్ ప్లే స్టోర్‌లో ప్రవేశపెట్టింది. అవే ‘టాప్ గన్’ అనే గేమింగ్ యాప్, ఎంపీ జంకీ అనే మ్యూజిక్ యాప్, బీడీ జంకీ అనే వీడియో యాప్, టాకింగ్ ఫ్రాగ్ అనే ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ యాప్. పొరపాటున ఈ యాప్స్‌ను ఎవరైనా డౌన్‌లోడ్ చేశారంటే అంతే సంగతులు. వారు పాక్ ఉచ్చులో పడినట్టే. ఆ యాప్స్ డౌన్‌లోడ్ చేసుకుని ఉపయోగించడం ద్వారా ఫోన్‌లోని సమస్త సమాచారం పాక్ గూఢచార సంస్థ ఐఎస్ఐకి చేరిపోతుంది. నోట్ల రద్దు తర్వాత బ్యాంకింగ్ యాప్స్ వాడకం విపరీతంగా పెరిగిపోయింది. అందరూ బ్యాంకింగ్ యాప్స్‌ని డౌన్‌లోడ్ చేసుకుంటున్నారు. ఈ నాలుగు యాప్స్‌లో ఏదో ఒకటి మీ స్మార్ట్ ఫోన్‌లో ఉన్నా, మీరు బ్యాంకింగ్ యాప్ ఓపెన్ చేసినప్పుడు మీ సీక్రెట్ ఇన్ఫర్మేషన్ మొత్తం వాళ్లకు చేరుతుంది. ఆ విధంగా హ్యాకర్లు మీ ఖాతాలు కొల్లగొట్టారు. మీరు టాప్‌గన్ గేమింగ్ యాప్ డౌన్‌లోడ్ చేసుకోవడం వల్లే ఇదంతా జరిగింది” అని ఏసీపీ రఘువీర్ చెప్పడంతో రవి, మనోజ్‌లకు అసలు విషయం అర్థమైంది.

“అయితే ఇప్పుడేం చేయలేమా సార్...”

“సైబర్‌క్రైమ్స్‌లో నిందితుల్ని పట్టుకోవడం, డబ్బు రికవరీ చేయడం కష్టమే. ఇటీవల ఇలాంటి సైబర్ ఫ్రాడ్స్ చాలా జరుగుతున్నాయి. ఏది పడితే అది డౌన్‌లోడ్ చేయకపోవడమే ఉత్తమం” అన్నారు ఏసీపీ.

- వేముల సత్యనారాయణ,
99854 88800



ఇంగ్లీషు రాక ఇబ్బందులెన్నో...

ఈ రోజుల్లో అల్లం కొనాలన్నా, ఆటో ఎక్కాలన్నా, ఆలూ సమోసా తినాలన్నా అక్కడ 'పేటీఎం' బోర్డు కనిపిస్తుంది. 'క్యాష్‌లెస్' విధానం అందుబాటులోకి వచ్చినప్పటి నుంచి 'పేటీఎం' పేరు దేశవ్యాప్తంగా మారుమ్రోగుతోంది. నగరాల్లో, పట్టణాల్లో, పల్లెల్లో కూడా ప్రస్తుతం 'పేటీఎం' గురించి తెలియని వారుండరు. దాని సృష్టికర్త విజయ్ శేఖర్ శర్మ. ఒకప్పుడు ఇంగ్లీష్ ముక్క కూడా రాని ఈ మధ్యతరగతి యువకుడు ఇప్పుడు 'ఫోర్బ్స్' గుర్తించిన యంగెస్ట్ బిలియనీర్. జాక్ మా, రతన్ టాటా వంటి ఎంతోమంది ప్రముఖులు 'పేటీఎం'లో పెట్టుబడులు పెట్టారంటేనే శేఖర్ శర్మ గొప్పదనం ఏమిటో అర్థమవుతుంది. భారతీయ ఆర్థిక వ్యవహారాలను ఒక్క ఉదుటున మార్చేసిన అతడి 'విజయ'గాథ మీ కోసం...

ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని అలీఘడ్ మా సొంతూరు. మాది మిడిల్‌క్లాస్ ఫ్యామిలీ. చిన్నప్పటి నుంచే నేను పుస్తకాల పురుగును. నా క్లాసు పుస్తకాలు చదివేసిన తర్వాత మా అక్క పుస్తకాలు కూడా చదివేవాణ్ణి. ఏ పుస్తకం దొరికినా వదిలేవాణ్ణి కాదు. ఆ విధంగా పై తరగతుల పుస్తకాలు చదవడం వల్ల పద్నాలుగేళ్లకే ప్లస్ టూ పూర్తిచేశాను. ఆ తర్వాతనే నాకు కష్టాలు మొదలయ్యాయి.

ఇంగ్లీషుతో నానా తంటాలు...

పెద్ద చదువుల కోసం నన్ను ఢిల్లీకి పంపారు. ఢిల్లీ టెక్నాలజీ యూనివర్శిటీలో (ఆ తర్వాత ఢిల్లీ కాలేజ్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్‌గా మారింది) ఎలక్ట్రానిక్స్ అండ్ కమ్యూనికేషన్ ఇంజనీరింగ్‌లో చేరాను. అప్పటిదాకా హిందీ మీడియంలో చదివిన నాకు ఇంగ్లీషు ఒక్క ముక్క కూడా రాదు. ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలో తోటి విద్యార్థులంతా ఇంగ్లీషులోనే మాట్లాడేవారు. అంతేకాదు కాలేజీ మొత్తంలో నేనే చిన్నవాణ్ణి. అందుకే నన్ను విపరీతంగా ర్యాగింగ్ చేసేవారు. ప్రొఫెసర్లు ఇంగ్లీషులో పాఠాలు చెబుతుంటే అవేవీ నాకు అర్థమయ్యేవి కావు. ఒక రకంగా 'తారే జమీన్ పర్'లో పిల్లాడి పరిస్థితి నాది. పుస్తకాల్లోని ఇంగ్లీషు అక్షరాలన్నీ నా చుట్టూ తిరుగుతున్నట్టుండేది. దాంతో అప్పటిదాకా మొదటి బెంచీలో కూర్చున్న నేను ఇంగ్లీషు భయంతో చివరి బెంచీకి మారాను. ఆ తర్వాత క్లాసులు ఎగ్గొట్టే పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఎప్పుడు చూసినా కాలేజీలో ఒక మూలన ఉండే కంప్యూటర్ ల్యాబ్‌లోనే కాలక్షేపం చేసేవాణ్ణి.

అప్పటిదాకా సక్సెస్‌లే చూసిన నాకు అదంతా భరించలేనంత అవమానంగా అనిపించేది. ఎన్నాళ్లిలా...? ఇంగ్లీషు భయం నుంచి ఎలాగైనా సరే బయటపడితేనేగానీ నేను ముందుకు వెళ్లలేనని తొందరగానే అర్థం చేసుకున్నా. అందుకే డిక్షనరీలను ఆశ్రయించా. ఒక డైరీ పెట్టుకుని నాకు అర్థంకాని ఇంగ్లీషు పదాలను రాసుకుని, వాటి అర్థాలను డిక్షనరీలో చూసేవాణ్ణి. ఇంగ్లీషు పాఠాలను హిందీలోకి అనువదించుకుని, బాగా అర్థం చేసుకుని, తిరిగి వాటిని ఇంగ్లీషులో గుర్తుపెట్టుకునేవాణ్ణి. ఇది కూడా సరైన పద్ధతి కాదని అర్థమైంది. ఇంగ్లీషు భయం నుంచి బయటపడాలంటే నేను కూడా ఇంగ్లీషులోనే ఆలోచించాలని ఒక నిర్ణయానికి వచ్చా. అప్పటి నుంచి ఇంగ్లీషు తప్ప మరో యావ లేకుండా పోయింది. తప్పని పరిస్థితి కాబట్టి ఎట్టకేలకు ఇంగ్లీషు మీద పట్టు సాధించా.

'అండర్ డాగ్స్' నన్ను ఆకర్షించారు...

ఇంజనీరింగ్ థర్డ్ ఇయర్‌లోనే నాతోటి విద్యార్థులంతా విదేశాలకు వెళ్లాలని కలలు కంటుండేవారు. నేను మాత్రం ఇక్కడే స్వంతంగా ఏదైనా వ్యాపారం చేసి నాకు నేనే బాస్‌గా ఉండాలనుకునేవాణ్ణి. కంప్యూటర్ ల్యాబ్‌లో గడిపిన రోజులు నాకు తెలియకుండానే నాలోని బిజినెస్‌మాన్‌కు ఊతం ఇచ్చాయి. 1997లో నా మిత్రుడు టక్కర్‌తో కలిసి 'ఇండియాసైట్.నెట్ పోర్టల్‌ను డిజైన్ చేశాను. దాని ద్వారా వివిధ పత్రికలకు, మీడియా హౌస్‌లకు కంటెంట్ అందించేవాళ్లం. ప్రారంభించిన రెండేళ్లకే అమెరికాకు చెందిన లోటస్ ఇంటర్‌వర్క్స్ అనే సంస్థ మా పోర్టల్‌ను మిలియన్ డాలర్లకు కొనుగోలు చేసింది. దాని వ్యవహారాలన్నీ నన్నే చూడమని మంచి జీతం కూడా ఆఫర్ చేసింది. అయితే నెల జీతం తీసుకుని పనిచేయడం బోర్‌గా అనిపించి బయటకు వచ్చాను. 2001లో 'వన్ 97 కమ్యూనికేషన్స్' అనే మరో సంస్థను ఏర్పాటుచేశాను.

ఇంజనీరింగ్ చదువుతున్నప్పటి నుంచి అమెరికాలో సాఫ్ట్‌వేర్ స్టార్స్‌గా పేరొందిన మార్క్ అండర్‌సన్, 'యాహూ' సహవ్యవస్థాపకుడు జెర్రీ యాంగ్‌లంటే

paytm

ఇష్టపడేవాణ్ని. ఎందుకంటే వాళ్లంతా ఎలాంటి బ్యాక్‌గ్రౌండ్ లేకపోయినా కష్టపడి గొప్పవాళ్లుగా ఎదిగారు. అలాంటి 'అండర్‌డాగ్స్' కథలు నన్ను ఎక్కువగా ఆకర్షించేవి.

డబ్బుల్లేక 14 కిలోమీటర్ల నడక...

'వన్ 97 కమ్యూనికేషన్స్' ద్వారా నేను కూడా ఒక అండర్‌డాగ్‌లాగే నా కొత్త జీవితాన్ని ప్రారంభించా. దక్షిణ ఢిల్లీలోని ఒక చేరుకున్నాం. మా వ్యాపారం ఊపందుకుంటున్న సమయంలో సరిగ్గా అమెరికాలో 9/11 అటాక్స్ జరిగాయి. ఆ సంఘటనతో ఒక్కసారిగా వ్యాపారం ఒడిదుడుకులకు లోనవ్వడం, నా పార్ట్‌నర్స్ నన్ను విడిచిపెట్టి వెళ్లడం జరిగింది. రెండేళ్లపాటు సంస్థను నిలబెట్టుకునేందుకు చాలా కష్టాలు పడ్డాను. కంపెనీ నడవడానికి అవసరమయ్యే డబ్బులు సమకూర్చేందుకు

- క్రికెట్ అంటే ఇష్టం. ఇండియన్ క్రికెట్ టీమ్‌కు (మన దేశంలో జరిగే మ్యాచ్‌లకు) నాలుగేళ్ల పాటు టైటిల్ స్పాన్సరర్స్‌గా ఉండేందుకు ఈ యేడాది మొదట్లో ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నాం.
- పని ఒత్తిడి వల్ల హాలిడేస్ తక్కువే. వీలు దొరికితే భార్య మృదులతో కలిసి పర్వత ప్రాంతాలకు వెళ్తుంటా.
- రాఫ్టింగ్, ట్రెక్కింగ్, క్యాంపింగ్ అంటే చాలా ఇష్టం.
- 2005లో వివాహమయ్యింది. నా కొడుకు పేరు వివాన్.
- సంగీతం వింటుంటా. కోల్డ్‌ప్లే, పరిక్రమ నా ఫేవరెట్ బ్యాండ్స్.
- సింప్లిసిటీ ఇష్టం. జీన్స్, షర్ట్ ఎక్కువగా ధరిస్తా.

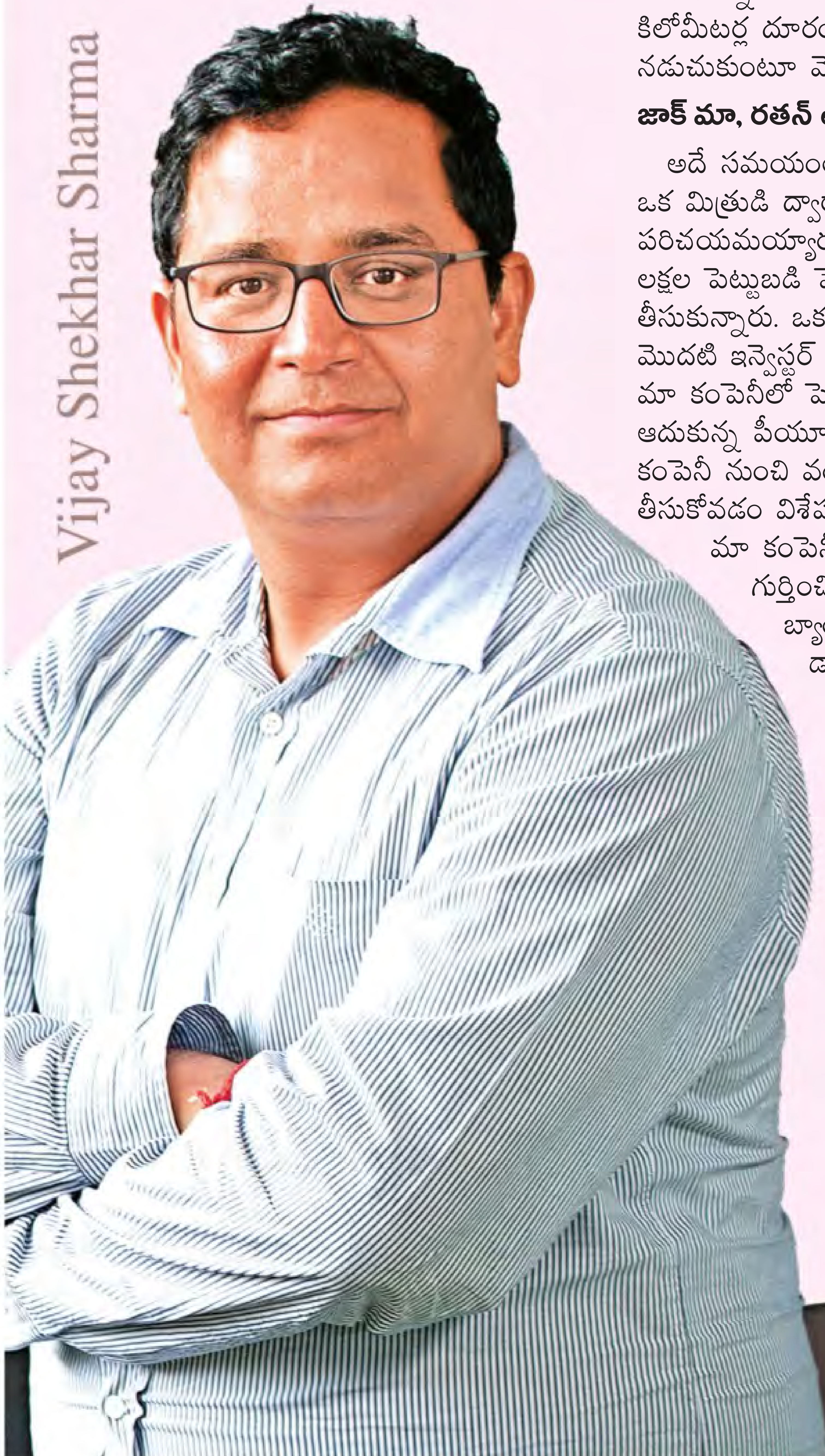

జాక్ మా తో..

చిన్నగదిలో, ఇద్దరు మిత్రులు ఇచ్చిన పదిలక్షల రూపాయల (చెరొక ఐదులక్షలు) పెట్టుబడితో పని మొదలెట్టాను. మొబైల్స్‌కు రింగ్‌టోన్స్, జోకులు... మొదలైన వాటిని అందించే వ్యాపారమది. ఆ తర్వాత క్రికెట్ స్కోర్, సంగీతం, తాజావార్తలను అందించే స్థితికి



భార్యతో..

నేను మరోచోట ఉద్యోగాలు చేయాల్సి వచ్చింది. కొన్ని కంపెనీల్లో కంప్యూటర్ పాఠాలు బోధించేవాణ్ని. ఒక్కోసారి తిండికి, ఇంటికి వెళ్లడానికి కూడా డబ్బులు ఉండేవి కావు. ఒక్క పూట భోజనం కోసం అప్పు చేసిన రోజులున్నాయి. జేబులో డబ్బుల్లేక 14 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న ఇంటికి నడుచుకుంటూ వెళ్లేవాణ్ని.



జాక్ మా, రతన్ టాటా మా ఇన్వెస్టర్లు...

అదే సమయంలో నా మీద నమ్మకం ఉన్న ఒక మిత్రుడి ద్వారా పీయూష్ అగర్వాల్ పరిచయమయ్యారు. ఆయన మా కంపెనీలో 8 లక్షల పెట్టుబడి పెట్టి 40 శాతం వాటా తీసుకున్నారు. ఒక విధంగా ఆయనే మా మొదటి ఇన్వెస్టర్ (నేను ఆపదలో ఉన్నప్పుడు మా కంపెనీలో పెట్టుబడి పెట్టి నన్ను ఆదుకున్న పీయూష్, సక్సెసయ్యాక మా కంపెనీ నుంచి వందల కోట్ల లాభాలను తీసుకోవడం విశేషం). ఆ తర్వాత మార్కెట్లో మా కంపెనీకి భవిష్యత్తు ఉందని గుర్తించి విదేశీ ఇన్వెస్టర్లు, బ్యాంకులు రెండు మిలియన్ డాలర్లు ఇన్వెస్ట్ చేయడంతో 'వన్ 97 కమ్యూనికేషన్స్' ప్రముఖంగా మారింది. ఆ రోజుల్లో రింగ్‌టోన్స్ వ్యాపారం బాగా జరిగేది. మా కంపెనీ ఒక్క నెలలోనే 100 కోట్ల రింగ్‌టోన్స్‌ను అమ్మింది. 2007-08లో 11 కోట్లుగా ఉన్న కంపెనీ విలువ నాలుగేళ్ల తిరిగే సరికి 220 కోట్ల రూపాయలకు చేరుకుంది. ఇదంతా కూడా టెలికామ్ బూమ్ వల్ల, మొబైల్ వినియోగదారులు పెరగడం వల్ల జరిగింది. మొబైల్ ద్వారా మార్కెటింగ్ చేసుకోవచ్చనే కొత్త ఆలోచనను మా సంస్థ చక్కగా అందిపుచ్చుకుంది.

మొబైల్ ద్వారా సులువుగా చెల్లింపులు చేయొచ్చనే ఆలోచన 2010లో వచ్చింది. 'వన్ 97 కమ్యూనికేషన్స్' ద్వారానే 'పేటీఎం'ను (పే త్రూ మొబైల్) అదే యేడాది ప్రారంభించాం. మొబైల్ వాలెట్ ఆలోచన మార్కెట్లో అంతకుముందే ఉన్నప్పటికీ ఎవరూ దాన్ని సరిగా ఉపయోగించలేదు. మా మీద నమ్మకంతో చైనాకు చెందిన టెక్ దిగ్గజం, ప్రసిద్ధ ఇన్వెస్టర్, 'అలీబాబా' వ్యవస్థాపకుడైన జాక్ మా 575 మిలియన్ డాలర్లు ఇన్వెస్ట్ చేయడంతో 'పేటీఎం' ఒక్కసారిగా వార్తల్లోకెక్కింది. సాఫ్ట్‌బ్యాంక్ ఆసియా, రతన్ టాటా, ఇంటెల్ క్యాపిటల్, సిలికాన్ వ్యాలీ బ్యాంక్ కూడా మా కంపెనీలో ఇన్వెస్టర్లే. 'పేటీఎం' విజయంలో నా టీమ్ భాగస్వామ్యం ఉంది. వారు లేకుండా నేను లేను. అందుకే ఉద్యోగులకు కంపెనీలో 4 శాతం ఈక్విటీ ఇచ్చాను (ఆ విలువ 12 కోట్ల రూపాయలుగా మార్కెట్ వర్గాల అంచనా). వేగంగా నిర్ణయాలు తీసుకోవడం, నమ్మినదాని కోసం చివరిదాకా నిలబడటం నేను అలవర్చుకున్న లక్షణాలు. అవినీతి అంటే డబ్బు ప్రవాహమే. క్యాష్‌లెస్ ఆర్థిక వ్యవస్థను నిర్మించడమే 'పేటీఎం' ముందున్న లక్ష్యం. నో క్యాష్... నో కరప్షన్.

తాల్ సే తాళ్ మిలా!

చుట్టూ పచ్చటి కొండలు! వాటి మధ్య... అందమైన సరస్సు! సరస్సుకు ఒకవైపున పర్యాటకులను రారమ్మని పిలిచే రెస్టారెంట్లు, దుకాణాలు, హోటళ్లు! రహదారి పక్కన బారులు తీరిన చీనార్ చెట్లు! పగలు ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణం! రాత్రి... వణికించే చలి! ఇది... నైనితాల్ సోయగం! మేం చూశాం! మీరు చదవండి!

ఉత్తరాఖండ్‌లోని ఓ సుందర ప్రదేశం నైనితాల్! ఇది చక్కటి వేసవి విడిది. ఢిల్లీ నుంచి 300 కిలోమీటర్ల దూరం! చివరి రెండు గంటలపాటు జిమ్ కార్బెట్ అడవుల మీదుగా, ఆపై కుమావ్ పర్వత శ్రేణుల్లో ప్రయాణం సాగుతుంది. నైనితాల్‌లో అడుగుపెట్టగానే కుడివైపుగా దాదాపు కిలోమీటరున్నర పొడవు, అర కిలోమీటరు వెడల్పుతో భారీ సరస్సు ప్రత్యక్షమవుతుంది. మనం 'నైనిటాల్' అని పిలుచుకుంటాం కానీ... నిజానికి ఈ ఊరి పేరు 'నైని తాల్'. 'తాల్' అంటే సరస్సు! చైనా వ్యూ పాయింట్ నుంచి చూస్తే ఈ సరస్సు తెరుచుకున్న కన్నులా కనిపిస్తుంది! అందుకే, దీనికి 'నైని తాల్' అని పేరు వచ్చిందని చెబుతారు. అంతేకాదు, ఇక్కడ 'నైనా దేవి' ఆలయం కూడా ఉంది. ఆమె పేరిటే ఈ ఊరు వెలిసిందని కూడా చెబుతారు. నైనితాల్ పరిసర ప్రాంతాల్లో మరో తొమ్మిది సరస్సులున్నాయి. అందులో ప్రధానమైనవి భీమ్ తాల్, సత్ తాల్. సూర్యరశ్మికి మిలమిలలాడే నీళ్లు... ఆ ఒడ్డునే ఆకుపచ్చ, లేత ఎరుపు రంగులో ఆకర్షణీయంగా కనిపించే చెట్ల నేపథ్యంతో సత్ తాల్ అందం మనసుకు హత్తుకుంటుంది. అన్నట్లు... సత్ తాల్ చుట్టూ మరో ఏడు చిన్న చిన్న సరస్సులు ఉన్నాయి.

చీనార్ అందాల మధ్య నడక

నైనితాల్‌లో ప్రధానమైన ఆకర్షణ ఇక్కడి సరస్సు! అందంగా అలంకరించిన పడవల్లో 'లాహిరి... లాహిరి..' పాడుకుంటూ విహరించవచ్చు. ఒకవైపు సరస్సును చూస్తూ... మరోవైపు అందమైన చీనార్ చెట్ల నీడను ఆస్వాదిస్తూ మాల్ రోడ్‌లో నడక మనసుకు ఉల్లాసాన్నిస్తుంది. నైనితాల్ అందాలను అల్లంత దూరం నుంచి చూస్తే ఆ మజాయే వేరు! ఈ వ్యూ పాయింట్‌కు తీసుకెళ్లేందుకు 'బారా పత్తర్' వద్ద గుర్రాలు సిద్ధంగా ఉంటాయి. అటూ ఇటూ చెట్లు కమ్మేసిన దారిలో గుర్రాలపై కొండ ఎక్కుతుంటే థ్రిల్లింగ్‌గా ఉంటుంది. అలా అలా పైకి వెళ్తూ... క్రిష్ సినిమా షూటింగ్ స్థలం, అమితాబ్ బచ్చన్ బాల్యంలో చదువుకున్న పాఠశాలను చూడవచ్చు. కొండపైకి వెళ్లాక వ్యూపాయింట్ నుంచి చూస్తే... నైనితాల్ సరస్సు, కొండ వెంబడి అల్లుకున్న ఊరూ సుందరంగా కనిపిస్తాయి. ఇంకా... గుహలతో కూడిన పార్కు, లవర్స్ పాయింట్, యాపిల్ తోటలు, టీ-గార్డెన్ ఇవీ నైనితాల్ చుట్టూ ఉన్న మరిన్ని దర్శనీయ స్థలాలు! అన్నట్లు... రకరకాల రంగులు, ఆకృతుల్లో ఉన్న కొవ్వొత్తులకు నైనితాల్ ప్రసిద్ధి. అరటిపండు, యాపిల్, ఆరంజ్... ఇలా నిజంగానే పండ్లు అనిపించేంత సహజంగా ఉన్న కొవ్వొత్తులను చూసి ఆశ్చర్యపోయాం. కరుగుతూ ఉంటే రకరకాల ఫ్లేవర్లలో వాసనలు వెదజల్లే కొవ్వొత్తులూ ఉన్నాయ్. ఆసియాలోనే మరెక్కడా ఇలాంటి కొవ్వొత్తులు తయారు కావని అక్కడి దుకాణదారులు తెలిపారు. ఇక... రాత్రివేళ నైనితాల్ పట్టణ అందాలను చూసి తీరాల్సిందే. కొండవాలున విస్తరించిన ఇళ్లలోని దీపాలు వెలుగుతుంటే... చుక్కలు దిగివచ్చాయా అన్నట్లుంటుంది. ఇలా నైనితాల్ అందాలను ఆస్వాదించి... అక్కడికి 110 కిలోమీటర్ల దూరంలోని కౌసానీ హిల్ స్టేషన్‌కు బయలుదేరాం!

హిమాలయ దర్శనం...

రణగొణ ధ్వనులకు దూరంగా... కొండల్లో కొలువైన ఊరు కౌసానీ! సముద్ర మట్టానికి 6200 మీటర్ల ఎత్తులో ఉన్న కౌసానీ నుంచి... చుట్టు పక్కల ఉన్న కొండలను తలదించి చూడాల్సిందే! తెలతెలవారగానే ఆ కొండలను చుట్టుముట్టిన మేఘాలు... వాటి కౌగిలి నుంచి నెమ్మదిగా బయటపడుతున్న చెట్లూ కనువిందు చేస్తాయి. కౌసానీ అసలు విశేషం మరొకటి ఉంది! ఇంతకష్టపడి ఇక్కడిదాకా రావడానికి కారణముంది! 'దూరపు కొండలు నునుపు' అనే నానుడిని... ఇక్కడ 'దూరపు కొండలు తెలుపు' అని మార్చుకోవాలి. ఎందుకంటే... అల్లంత దూరాన ఉన్న హిమాలయ పర్వత శ్రేణులు కౌసానీ నుంచి సుందరంగా దర్శనమిస్తాయి. సుమారు 300 కిలోమీటర్ల మేర హిమాలయాలను ఇక్కడి నుంచే చూడొచ్చు. త్రిశూల్, నందాదేవీ శిఖరాలూ కనిపిస్తాయి. మన మహాత్ముడు గాంధీజీకి కౌసానీ తెగ నచ్చింది. ఈ



ట్రావెలోకం

ప్రాంతానికి ఆయన 'స్విట్జర్లాండ్ ఆఫ్ ఇండియా' అని పేరుపెట్టారు. 1929లో ఆయన 14 రోజులపాటు కౌసానీలో బస చేశారు. 'అనాసక్తి యోగ'పై తన వ్యాఖ్యానంతో ఒక పుస్తకం రాశారు. అందుకే గాంధీ సేదతీరిన ఈ ఆశ్రమానికి 'అనాసక్తి ఆశ్రమం' అనే పేరు వచ్చింది. గాంధీ చిన్నప్పటి ఫొటోల నుంచి ఆయన అంత్యక్రియల దాకా... ఆ జీవన ప్రస్థానంలోని అనేక కీలక ఘట్టాలకు చెందిన అరుదైన చిత్రాలను ఇక్కడ చూడొచ్చు. స్వచ్ఛమైన ఉన్నితో, మగ్గాలపై నేసిన శాలువాలు, స్వెట్టర్లకు కౌసానీ పేరొందింది. కౌసానీ అందాలను పూర్తిగా ఆస్వాదించాలంటే... హిమాలయాల 'వ్యూ' బాగా కనిపించే హోటల్‌ను ఎంచుకోవాలి. ఇక్కడ సూరీడు కొండల చాటుకు వెళ్లిన తర్వాత... మనం వదిలే శ్వాస మనకే వినిపించేంత నిశ్శబ్దం! అక్కడ... అంతా ప్రశాంతం! అల్లంత దూరాన ఉన్న హిమాలయాలను దర్శించుకుని, మనసు నిండా ప్రశాంతతను నింపుకొని 'టైగర్‌తో ఎన్‌కౌంటర్' కోసం కౌసానీ నుంచి దూరంలో ఉన్న జిమ్ కార్బెట్ బయలుదేరాం!

పులి... కనిపించని గిలి!

స్వచ్ఛమైన అడవిలో... అచ్చమైన వన్య ప్రాణులను కళ్లారా చూడాలనుకునే వారికి జిమ్ కార్బెట్ స్వాగతం పలుకుతుంది. దేశంలోని మొట్టమొదటి బెంగాల్ పులి సంరక్షణ ప్రాజెక్టు ఇదే. దీని ఏర్పాటులో కీలక పాత్ర పోషించిన జిమ్ కార్బెట్ పేరునే ఈ నేషనల్ పార్కుకు పెట్టారు. సుమారు 520 చదరపు కిలోమీటర్ల పరిధిలో విస్తరించిన ఈ అరణ్యంలో బెంగాల్ టైగర్‌తోపాటు చిరుతలు, ఏనుగులు వీర విహారం చేస్తుంటాయి.

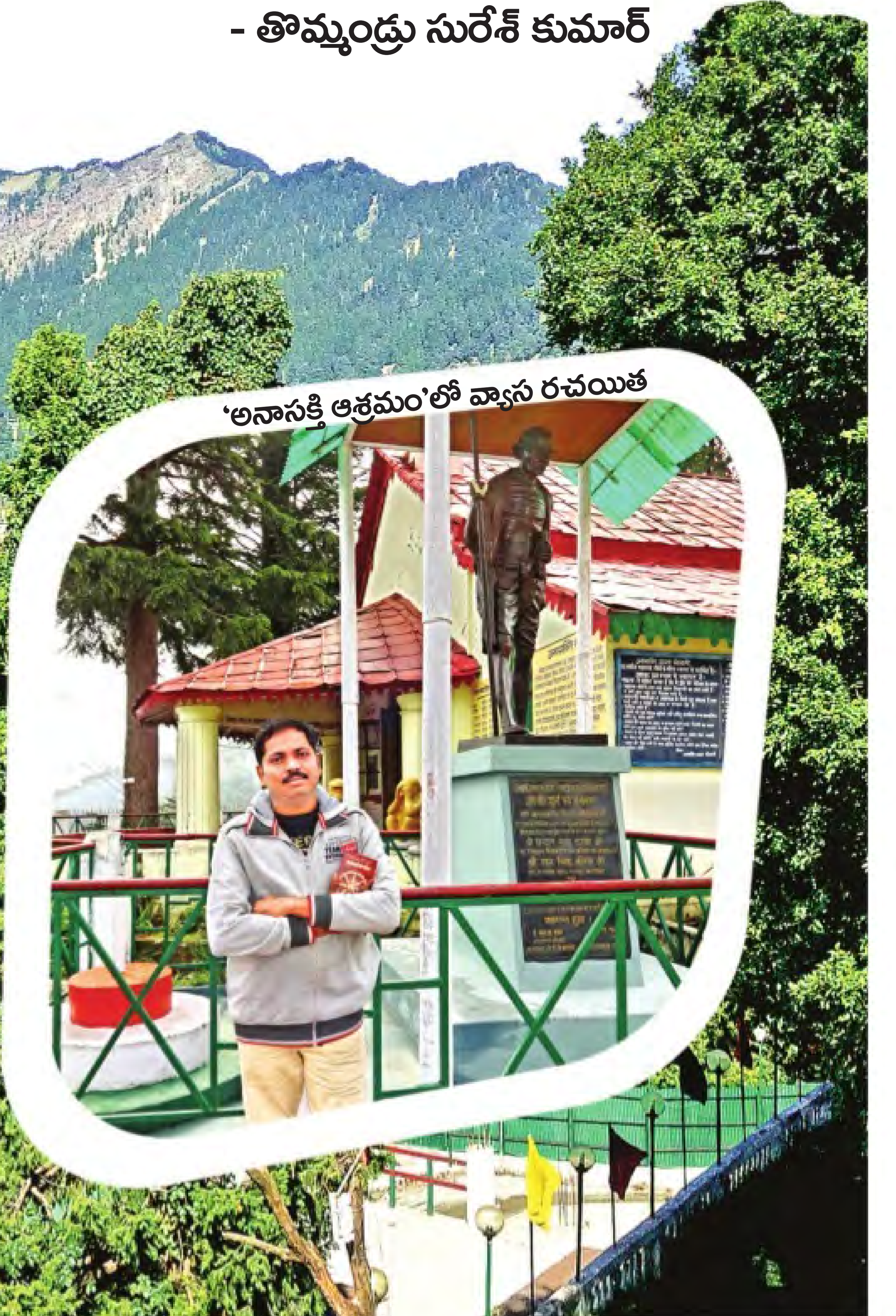


రకరకాల జింకలు చేసే సందడి గురించి చెప్పనక్కర్లేదు. జిమ్ కార్బెట్‌లో జంగిల్ సఫారీ చేసేందుకు జిప్సీలు అందుబాటులో ఉంటాయి. ఒక్కో జిప్సీలో గరిష్ఠంగా ఏడుగురు వెళ్లవచ్చు. రూ.3500 వసూలు చేస్తారు. ఆన్‌లైన్‌లోనే జిప్సీలు బుక్ చేసుకోవాలి. అడవిలోకి వెళ్లేందుకు ఐదు గేట్లు ఉంటాయి. అన్ని జిప్సీలు ఒకేసారి వెళ్లి అడవిలో రచ్చ చేయకుండా... ఒక్కో గేటు నుంచి కొన్ని జిప్సీలను పంపిస్తారు. అడవిలో అడుగు పెట్టేముందే జిప్సీ డ్రైవర్ మనకు ఓ హెచ్చరిక చేస్తారు. "ఇది సహజసిద్ధమైన అడవి. పులి, ఏనుగులాంటి జంతువులు కనిపించడం పూర్తిగా మీ అదృష్టంపైనే ఆధారపడి ఉంటుంది" అని చెబుతారు. ఆ క్షణం నుంచి మనకు టెన్షన్ మొదలవుతుంది. 'మన అదృష్టం ఎంత! పులి కనిపిస్తుందా? ఏనుగుల మంద మన ముందు నుంచి వెళుతుందా?' అనే ఆసక్తి చుట్టుముడుతుంది. నిటారుగా, నింగిని అంటుతున్న సాల్ చెట్లు... కింద అల్లుకున్న పొదల్లోకి మన కంటి చూపు బాణాలు దూసుకెళతాయి. జంతువుల కోసం 'వేట' మొదలవుతుంది. మేం దుర్గాదేవి గేట్ గుండా అడవిలోకి ప్రవేశించాం. అటూ ఇటుగా సుమారు 30 కిలోమీటర్లు అడవిలోనే జిప్సీ ప్రయాణం! జంతు దర్శనం కోసం రెప్పవాల్చకుండా చూస్తూనే ఉన్నాం! చిన్నగా, ముద్దుగా ఉండే ఇండియన్ స్పాటెడ్ డీర్ దర్శనంతో మాకు బోణీ అయ్యింది. ఆ తర్వాత కొద్దిసేపటికి... బార్కింగ్ రకానికి చెందిన రెండు జింకలు, మచ్చల జింకల మంద ఒకటి మా జిప్సీ ముందు నుంచే చెంగుచెంగుమని గెంతుతూ వెళ్లాయి. పేరు వినగానే గుండె దడ దడలాడే పులిని వెతుక్కుంటూ అడవిలో చేసే ప్రయాణం కచ్చితంగా థ్రిల్లింగ్‌గా ఉంటుంది. అది కనపడితే మరింత థ్రిల్! జిమ్ కార్బెట్ అడవిలోనే ప్రధాన రహదారి పక్కన అనేక హోటళ్లు, ఖరీదైన రిసార్టులు ఉంటాయి. వాటిలో బస వింత అనుభవాన్ని ఇస్తుంది. ఇలా జిమ్ కార్బెట్‌లో 'అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకుని' మళ్లీ ఢిల్లీ మీదుగా హైదరాబాద్ చేరుకున్నాం!

- తొమ్మండ్రు సురేశ్ కుమార్







'అనాసక్తి ఆశ్రమం'లో వ్యాస రచయిత

'యాడ్స్'తోనూ మెప్పిస్తున్నారు!



రెండున్నర గంటల సినిమా కన్నా, పది సెకన్ల ప్రకటనలతో ఆకట్టుకోవడం దర్శకుడికి రీలు మీద సాములాంటిది. ఒక సినిమాను డైరెక్ట్ చేయడం కన్నా ఒక యాడ్‌ఫిలిమ్‌ను డైరెక్ట్ చేయడం కష్టమంటారు. ప్రతీరోజూ టీవీల్లో వచ్చే ప్రకటనలు లెక్కలేనన్ని ఉంటాయి. వాటిలో ప్రేక్షకులను ఠక్కున ఆకట్టుకునేవి కొన్నే ఉంటాయి. 'మరక మంచిదే'. 'చల్ల చల్లని కూల్ కూల్...', 'అవాక్కయ్యారా', 'థమ్సప్ టేస్ట్ ది థండర్' వంటి ప్రకటనలు చూసినప్పుడు వాటిని ప్రొఫెషనల్ యాడ్ ఫిల్మ్‌మేకర్స్ రూపొందించారని అనుకుంటారెవరైనా. కానీ ఇటీవల వస్తున్న అనేక ప్రకటనలను తీస్తున్నది కూడా సినిమా డైరెక్టర్లే. ఒకవైపు సినిమాలతో బిజీగా ఉంటూనే మరోవైపు యాడ్స్ కూడా డైరెక్ట్ చేస్తూ రెండు రంగాల్లో రాణిస్తున్న దర్శకులు చాలామందే ఉన్నారు.



త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ పేరు చెప్పగానే బ్యూటిఫుల్ ఫ్యామిలీ డ్రామాలు, వినసొంపైన డైలాగులు గుర్తుకొస్తాయి ఎవరికైనా. మహేష్‌బాబుతో 'అతడు', 'ఖలేజా' సినిమాలు తీసిన త్రివిక్రమ్ ఆ తర్వాత కూడా ప్రిన్స్‌తో తన అనుబంధాన్ని కొనసాగిస్తూనే ఉన్నారు. 'ఖలేజా' తర్వాత వీరిద్దరి కాంబినేషన్‌లో మరో సినిమా పట్టాలెక్కకున్నా, ఈ ఏడేళ్లలో ఇద్దరూ కలిసి అరడజనుకుపైగా యాడ్స్ చేశారు. థమ్సప్ యాడ్‌తో పాటు మహీంద్రా ట్రాక్టర్, అమృతాంజన్ బామ్, రెయిన్‌బో చిల్డ్రన్ హాస్పిటల్, జోస్ అలూక్కాస్, టీవీఎస్ ఫీనిక్స్ మోటర్ సైకిల్, సంతూర్ సోప్... ఈ యాడ్స్ అన్నింటినీ డైరెక్ట్ చేసింది త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాసే. లేటెస్ట్‌గా మహేష్‌బాబు, కృష్ణుడులతో ఆయన తీసిన 'అభీ బస్' యాడ్ కూడా అందర్నీ ఆకట్టుకుంది. మహేష్‌బాబుతోనే కాకుండా ధోనీ, రామ్‌చరణ్‌లతో 'పెప్సీ' యాడ్, రామ్‌చరణ్‌తో 'ఎయిర్‌టెల్', ఎన్టీఆర్‌తో 'నవరత్న ఆయిల్', విరాట్‌కోహ్లీ, తమన్నాలతో 'సెల్‌కాన్' యాడ్‌లను కూడా తీసి తన సత్తా చాటుకున్నారు త్రివిక్రమ్. ప్రస్తుతం యాడ్ దునియాలో త్రివిక్రమ్ కాన్సెప్ట్‌లు హాట్‌కేకుల్లా అమ్ముడవుతున్నాయి.



'గమ్యం', 'వేదం', 'కృష్ణం వందే జగద్గురుం', 'కంచె', 'గౌతమీపుత్ర శాతకర్ణి' వంటి డిఫరెంట్ సినిమాలతో తనకంటూ ఒక ఇమేజ్ సృష్టించుకున్న దర్శకుడు క్రిష్ కూడా నలభైకి పైగా యాడ్‌ఫిలిమ్స్ డైరెక్ట్ చేశారంటే ఆశ్చర్యపోకతప్పదు. ముంబయి యాడ్ సర్కిల్స్‌లో క్రిష్‌కు యాడ్‌ఫిల్మ్ డైరెక్టర్‌గా మంచి పేరుంది. బాలీవుడ్ బాద్‌షా షారుక్‌తో సినిమా తీయకపోయినా ఆయనను డైరెక్ట్ చేసే ఛాన్స్ క్రిష్‌కు దక్కింది. షారుక్ 'డిష్ టీవీ' యాడ్‌ను







డైరెక్ట్ చేసింది ఆయనే. అంతేకాదు అల్లుఅర్జున్‌తో ఆయన రూపొందించిన 'లాట్' మొబైల్స్ యాడ్ ఎంతగా పాపులర్ అయ్యిందో తెలిసిందే.

తెలుగు దర్శకుల్లో 'అల్లరి' రవిబాబు కూడా యాడ్స్ రూపొందించడంలో దిట్టగా పేరు తెచ్చుకున్నారు. చాలాకాలం క్రితమే నెస్లే, హిందుస్థాన్ లివర్ వంటి కార్పోరేట్ కంపెనీలతో ఆయన పనిచేశారు. తమన్నాతో 'సెల్‌కాన్', భూమికతో 'సెల్ మ్యాక్స్', వెంకటేష్‌తో 'త్రీ రోజెస్' వంటి యాడ్స్ అనేకం తీశారు రవిబాబు. చాలాకాలం క్రితం చిరంజీవి 'థమ్సప్' యాడ్‌ను దర్శకుడు కృష్ణవంశీ రూపొందించారు.



సాధారణంగా అడ్వర్టయిజ్‌మెంట్ ఏజెన్సీలకు క్రియేటివ్ యాడ్ డైరెక్టర్లుంటారు. వారు మాత్రమే ఆకర్షణీయమైన ప్రకటనలు రూపొందిస్తారనే అభిప్రాయం అటు కార్పోరేట్ సంస్థల్లో, ఇటు ప్రేక్షకుల్లో చాలాకాలం ఉండేది. ప్రకటనల్లో తమ సృజనాత్మకను చాటుకుని ఆ తర్వాత సినీ దర్శకులుగా మారిన వారు కూడా లేకపోలేదు. అయితే సినిమాల్లో టాప్ రేంజ్‌లో ఉంటూనే అనేక క్రియేటివ్ యాడ్స్ చేసిన దర్శకుడిగా ప్రియదర్శన్ రికార్డు సృష్టించారు. మలయాళంతో పాటు బాలీవుడ్‌లో కూడా స్టార్ డైరెక్టర్‌గా పేరుతెచ్చుకున్న ప్రియదర్శన్ 'స్టార్ యాడ్‌ఫిల్మ్ మేకర్' కూడా. అనేక అవార్డు సినిమాలతో పాటు కమర్షియల్ సినిమాలు కూడా తీసిన ప్రియదర్శన్ 'సినిమా తీసి మెప్పించడం కన్నా యాడ్ తీసి ప్రేక్షకుల్ని మెప్పించడం కష్టం' అంటారు. కేవలం సినిమాస్టార్స్‌తోనే కాకుండా సచిన్ టెండూల్కర్, రాహుల్ ద్రవిడ్, యువరాజ్‌సింగ్, వీరేందర్ సెహ్వాగ్, జహీర్‌ఖాన్ వంటి అనేకమంది క్రికెటర్స్‌తో ఆయన తీసిన యాడ్‌ఫిల్మ్స్ టీవీల్లో సూపర్‌హిట్ అయ్యాయి. ఐపిఎల్ కోసం తాజాగా విరాట్ కోహ్లీ, క్రిస్ గెయిల్, షేన్ వాట్సన్‌లతో ఆయన తీసిన 'రాయల్ ఛాలెంజర్స్' యాడ్ ఎంతగా పాపులర్ అయ్యిందో తెలిసిందే.





కొత్తతరం దర్శకులు కూడా కేవలం సినిమాల్లోనే కాకుండా, యాడ్ మేకింగ్‌లోనూ తమ సృజనాత్మకతను చాటుకుంటున్నారు. 'నీర్జా'తో ప్రశంసలు అందుకున్న దర్శకుడు రామ్ మాధ్వానీ ఎయిర్‌టెల్ కోసం చేసిన 'హర్ ఏక్ ఫ్రెండ్ జరూరీ హోతా హై' యాడ్ యూత్‌ను ఆకర్షించింది. సినిమాల్లోకి రాకముందు అనేక యాడ్ కంపెనీల్లో పనిచేసిన మాధ్వానీ హ్యాపీడెంట్ (పళ్లు మెరడం గుర్తుందా?), హిప్పో, కోక్, బిస్లేరీ, ఆడిడాస్, టాటా స్టీల్, డన్‌లప్ వంటి అనేక యాడ్స్‌ను డైరెక్ట్ చేశారు. అమితాబ్‌బచ్చన్‌తో 'చీనీకమ్', 'పా', 'షమితాబ్' వంటి సినిమాలు తీసిన దర్శకుడు ఆర్.బాల్కీ 'మరక మంచిదే' అంటూ 'సర్ఫ్ ఎక్సెల్' కోసం చేసిన యాడ్, 'జాగే రహో' అంటూ 'టాటా టీ' కోసం చేసిన యాడ్, 'వాక్ వెన్ యూ టాక్' అంటూ 'ఐడియా సెల్యూలార్' కోసం చేసిన యాడ్‌ను ఇప్పట్లో ఎవరూ మర్చిపోలేరు.

వీరితో పాటు రాజ్‌కుమార్ హిరానీ, అభినయ్ డియో, దివాకర్ బెనర్జీ, ఇంతియాజ్ అలీ, బిజోయ్ నంబియార్, ప్రదీప్ సర్కార్, వినిల్ మాథ్యూ వంటి బాలీవుడ్ దర్శకులు సినిమాలతోనే కాకుండా యాడ్స్‌తో కూడా ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నారు.





మిస్‌మ్యాచ్...
పర్‌ఫెక్ట్ మ్యాచ్!



ట్రెండ్స్

పొరపాటున కాలి చెప్పులు అదొకటి, ఇదొకటి మారిపోతే పరిగెత్తుకెళ్లి మార్చుకొచ్చేవారు నిన్న మొన్నటి వరకూ. అలా వేసుకుని వెళ్లడమే ఫ్యాషన్ అయిపోతుందని ఎవరైనా ఊహించారా? ఒక చెవికి పొడుగ్గా వేలాడుతున్న జుంకీ ఎంత బాగుందో అనుకునేలోపే మరోచెవికి రంగు రాయి ఆభరణం కనిపిస్తే ఒకప్పుడు నోరెళ్లబెట్టేవాళ్లమేమో... ఇప్పుడు మాత్రం 'వావ్... వాట్ ఎ సెలెక్షన్' అనాల్సిందే. ఒక కాలికి ఎరుపు, మరో కాలికి పసుపు రంగు షూ ధరిస్తే... పిచ్చివాడ్ని చూసినట్టు చూసిన జనమే పట్టుబట్టి అలాంటి వాటిని వేసుకుని తిరుగుతున్నారు. షూతోనే ఆగలేదు, ఆఖరికి మేజోళ్లు కూడా వేర్వేరు రంగులవే ధరిస్తున్నారు. టాప్స్, లెగ్గింగ్స్, అకేషనల్ డ్రెసెస్‌తో పాటు ఆఖరికి బికినీలు కూడా 'మిస్‌మ్యాచ్' ట్రెండ్‌లో భాగమైపోయాయి... మ్యాచింగ్ లేకుండా డ్రెస్ చేసుకోవడం బద్ధకస్తులు చేసే పని అని కొంతమంది కొట్టిపారేయొచ్చుగాక, ఇప్పుడు ర్యాంప్‌వాక్‌లపై వాటిదే హవా మరి! 'మిస్‌మ్యాచ్' డ్రెసెస్‌లో పోల్కాడాట్స్, ఫ్లోరల్ డిజైన్స్ ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి.



















హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్‌లో
హార్మోన్ సమస్యలకు సమర్థవంతమైన చికిత్సలు



డా. శ్రీకాంత్ మోర్లావర్
CMD
హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్

ఈ మధ్యకాలంలో చాలామంది థైరాయిడ్, పీ.సి.ఓ.డి., సంతానలేమి మరియు డయాబెటిస్ వంటి దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలతో ఎక్కువగా బాధపడటం జరుగుతోంది. ఈ విధమైన ఆరోగ్య సమస్యలు హార్మోన్‌ల అసమతుల్యత వలన ఏర్పడతాయని చాలామందికి తెలియదు. ఇలాంటి అసమతుల్యతలు ఏర్పడటానికి కేవలం చిన్న కారణమైనా చాలు - అవి తీవ్రమైన దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీస్తాయి. కాబట్టి వీటి పట్ల అవగాహన పెంచుకోవడం వలన ఇలాంటి వ్యాధుల బారిన పడకుండా మనల్ని మనం కాపాడుకోవచ్చు.

హార్మోన్‌లు అనేవి శరీరంలోని ఎండోక్రైన్ గ్రంథుల నుండి ఉత్పత్తి అయ్యే రసాయన వాహకాలు. ఇవి శరీరంలో ఒక ప్రాంతపు కణజాలం, అవయవాల నుండి ఉత్పత్తి అయి - వివిధ శరీర భాగాలకు రక్తప్రసరణ ద్వారా చేరుకుని, నిర్దిష్ట అవయవాలను ప్రభావితం చేయటం ద్వారా జీవక్రియల సమతుల్యతకు తోడ్పడతాయి. ఇవి శరీరంలో సూక్ష్మమోతాదులో ఉత్పత్తి అయినప్పటికీ, శరీరంలోని సాధారణ జీవక్రియలైన జీర్ణక్రియ మొదలుకొని శారీరక-మానసిక ఎదుగుదల, ప్రత్యుత్పత్తి, మానసిక సమతుల్యత వంటి అన్ని జీవక్రియలపై వీటి ప్రభావం ఉంటుంది. ఏ కారణం చేతనైనా ఇవి అసమతుల్యతకు గురి అయితే, అవి తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలుగా పరిణమిస్తాయి.

వివిధ హార్మోన్‌లు - వాటి అసమతుల్యత వలన కలిగే వ్యాధులు: థైరాయిడ్ హార్మోన్‌లు(T3, T4): ఇవి థైరాయిడ్ గ్రంథి నుండి ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఈ హార్మోన్‌ల ప్రభావం 90% వరకు మానవుని జీవక్రియలపై ఉంటుంది. వీటి అసమతుల్యత వలన హైపోథైరాయిడ్, హైపర్‌థైరాయిడ్, గాయిటర్ వంటి దీర్ఘకాలిక జబ్బులు కలుగుతాయి. **హైపోథైరాయిడిజం:** థైరాయిడ్ హార్మోన్‌లు తక్కువ మోతాదులో ఉత్పత్తి కావడం వలన ఇది ఏర్పడుతుంది. **లక్షణాలు:** బరువు పెరగటం, జుట్టు రాలటం, నీరసం, మతిమరుపు, ఋతుచక్ర సమస్యలు మొదలైన లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. **హైపర్‌థైరాయిడిజం:** శరీరంలో థైరాయిడ్ హార్మోన్‌లు ఎక్కువ మోతాదులో ఉత్పత్తి అవడం వలన ఈ సమస్య ఏర్పడుతుంది. **లక్షణాలు:** బరువు తగ్గడం, నీరసం, గుండెదడ, కాళ్ళు-చేతులు వణకడం మొదలగు లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. **గాయిటర్:** గొంతు ముందుభాగంలో ఉండే థైరాయిడ్ గ్రంథి వాపునకు గురి కావడాన్ని గాయిటర్ అంటారు. ఇది ముఖ్యంగా అయోడిన్ అనే మూలకం యొక్క లోపం వలన కలుగుతుంది. ఇది హైపోథైరాయిడ్ లేదా హైపర్‌థైరాయిడ్ సమస్యలతో కూడుకుని ఉండవచ్చు. **హోమియోకేర్ చికిత్స:** ప్రస్తుత పరిస్థితులలో మానవుని ప్రకృతి విరుద్ధమైన జీవన విధానం, అధిక మానసిక ఒత్తిడికి గురికావటం, వ్యాయామ లోపం వలన ఎక్కువ శాతం థైరాయిడ్ వ్యాధుల బారిన పడటం జరుగుతోంది. థైరాయిడ్ సమస్యలకు జీవితకాలం మందులు వాడే అవసరం లేకుండా, ఈ సమస్య రావటానికి గల మూలకారణాన్ని గుర్తించి, వ్యక్తి శారీరక-మానసిక తత్వానికి అనుగుణంగా సరైన హోమియో వైద్యచికిత్స ద్వారా ఎలాంటి థైరాయిడ్ హార్మోన్ సమస్యనైనా సంపూర్ణంగా నయం చేయవచ్చు.



స్త్రీలలో ఉండే హార్మోన్‌లు: ఈస్ట్రోజెన్, ప్రొజెస్టిరాన్, ప్రొలాక్టిన్, ఆక్సిటోసిన్ హార్మోన్‌లు స్త్రీలలో రజస్వల, ఋతుచక్రం, ద్వితీయ లైంగిక లక్షణాలు,సంతానోత్పత్తి మరియు ప్రసవంలో ఉపకరిస్తాయి. ఈ హార్మోన్‌ల అసమతుల్యత వలన స్త్రీలలో ఋతుచక్ర సమస్యలు (పీసిఓడి), హిర్సుటిజం (అవాంఛిత రోమాలు) మరియు సంతానలేమి సమస్యలు ఏర్పడతాయి. స్త్రీలలో మెనోపాజ్ మరియు రజస్వల అయ్యే సమయంలో హార్మోన్‌ల ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మెనోపాజ్‌లో హార్మోన్‌ల హెచ్చుతగ్గుల వలన Hot Flushes, మానసిక అశాంతి, నీరసం, కీళ్ళ నొప్పులు మరియు కండరాల నొప్పులు ఉత్పన్నమవుతాయి.
పురుషులలో ఉండే హార్మోన్‌లు: TSH, LH మరియు టెస్టోస్టిరాన్ హార్మోన్‌లు పురుషులలో శుక్రకణాల ఉత్పత్తికి తోడ్పడతాయి. ఈ టెస్టోస్టిరాన్ హార్మోన్‌ల అసమతుల్యత వలన శీఘ్రస్కలనం, అంగస్తంభన సమస్యలు, శుక్రకణాల సమస్యలు ఏర్పడటం వలన సంతానలేమి సమస్యలు కలుగుతాయి.
ప్రొలాక్టిన్ హార్మోన్: ఈ హార్మోన్ ముఖ్యంగా స్త్రీలలో ప్రసవానంతరం పాల ఉత్పత్తికి ఉపకరిస్తుంది. సాధారణంగా ఈ హార్మోన్ గర్భధారణ సమయంలో మరియు ప్రసవానంతరం కూడా ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఈ పరిస్థితులు మినహా స్త్రీలలో ఈ హార్మోన్‌లు ఎక్కువ స్థాయిలో ఉత్పత్తి అయితే ఈస్ట్రోజన్ హార్మోన్ స్థాయిలు తగ్గిపోయి, అండం విడుదల లోపాలు ఏర్పడతాయి. కొంతమందిలో అండం విడుదల సక్రమంగా జరిగినా కూడా, ప్రొజెస్టిరాన్ హార్మోన్ ఉత్పత్తి జరగకపోవచ్చు. దీనివలన గర్భాశయం పిండ ప్రతిస్థాపనకు సిద్ధంగా లేకపోవడం వలన గర్భధారణ జరగక సంతానలేమి కలుగుతుంది.
పురుషులలో: ఈ హార్మోన్‌లు ఎక్కువ స్థాయిలో ఉత్పత్తి అయితే టెస్టోస్టిరాన్ హార్మోన్‌ల స్థాయిలు తగ్గి - తద్వారా శుక్రకణాల ఉత్పత్తి తగ్గిపోవడం మరియు లైంగిక సమస్యలు కలుగుతాయి. **హోమియోకేర్ చికిత్స:** హార్మోన్ సమస్యలు ఒకదానితో మరొకటి అనుసంధానమై ఉంటాయి. వీటికి హోమియోకేర్ వైద్యంతో ఎలాంటి హార్మోన్‌లు బయట నుండి ఇవ్వకుండానే హార్మోన్ అసమతుల్యతలను సరిచేయటం వలన ఎలాంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా ఋతుచక్ర సమస్యలు, పీ.సి.ఓ.డి. సమస్యలు, సంతానలేమి మరియు శుక్రకణ సమస్యలను సంపూర్ణంగా నయం చేయవచ్చు.

డయాబెటిస్ ఇన్‌సెపిడిస్: ADH (యాంటీ డయూరెటిక్ హార్మోన్) లోపం వలన వస్తుంది. దీనిని అతి మూత్ర వ్యాధి అంటారు.
డయాబెటిస్ మెల్లిటస్: ఇది క్లోమ గ్రంథి ఉత్పత్తి చేసే ఇన్సులిన్ లోపం వలన లేదా తక్కువ మోతాదులో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి కావడం వలన కలుగుతుంది. ఇది రెండు రకాలు. **టైప్-I డయాబెటిస్:** ఇది ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి కాకపోవడం వలన వస్తుంది. దీనిని జువెనైల్ డయాబెటిస్ అని అంటారు. ఈ వ్యాధి ఉన్నవారు పూర్తిగా ఇన్సులిన్ ఇంజెక్షన్లపై ఆధారపడవలసి వస్తుంది. **టైప్-II డయాబెటిస్:** ఇది ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి తగ్గటం వలన వస్తుంది మరియు ఎక్కువగా 30 సం॥లు పైబడిన వారిలో వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. కానీ ఈ మధ్యకాలంలో యుక్తవయస్సులో ఉన్నవారికి కూడా ఇది రావటం జరుగుతోంది. డయాబెటిస్‌తో బాధపడే వారి రక్తంలోని చక్కెర శాతాన్ని సరిగ్గా నియంత్రణ చేయకపోవడం వలన దీర్ఘకాలంలో డయాబెటిక్ నెఫ్రోపతి, డయాబెటిక్ న్యూరోపతి, రెటినోపతి, గుండె సమస్యలు, అంగస్తంభన సమస్యల లాంటి కాంప్లికేషన్‌లు వస్తాయి. **హోమియోకేర్ చికిత్స:** డయాబెటిస్‌ను తొందరగా గుర్తించి, తొలిదశలోనే హోమియోకేర్ ప్రత్యేక హార్మోన్ సెల్ మరియు కాన్‌స్టిట్యూషనల్ విధానం ద్వారా దీర్ఘకాలికంగా డయాబెటిస్‌తో బాధపడేవారిలో - ఎలాంటి దుష్ఫలితాలు లేకుండా వ్యాధిని అదుపులో ఉంచటమే కాకుండా కాంప్లికేషన్‌లను నివారించవచ్చు.

హార్మోన్ సమస్యలకు హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్ వైద్యం: హోమియోకేర్ సొంతమైన ప్రత్యేక 'హార్మోన్ సెల్' మరియు జెనెటిక్ కాన్‌స్టిట్యూషనల్ సిమిలిమం పద్ధతుల ద్వారా అన్ని హార్మోన్ సమస్యలకు ఖచ్చితమైన మరియు ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు లేని వైద్యం అందించటం ద్వారా ఇక జీవితంలో మరోసారి తిరగబెట్టకుండా హార్మోన్ సమస్యలను సంపూర్ణంగా నయం చేసే అవకాశం ఉంటుంది.



డా. ఆలూరి విజయలక్ష్మి



మెదడు ఫెటిల్లుమని పేలిన భావన, హృదయం ఛిద్రమై తునాతునకలైనంత వేదన. కూతురు స్వచ్ఛను అక్కడ ఆవిధంగా చూసి తల్లడిల్లిపోయింది శైలజ.

ఉప్పెనలా ముంచెత్తిన దుఃఖం ఆమెను వణికించింది. రక్తం ఓడుతున్న గాయాలతో అపార్ట్‌మెంట్ సెల్లార్‌లో మురికి, కంపుతో చీదరగా ఉన్న నేలమీద తెలివి లేకుండా పడున్న స్వచ్ఛ దగ్గరకు ఒక్క ఉదుటన పరుగెత్తి కూతుర్ని ఒళ్లోకి తీసుకుని చెదిరిన బట్టల్ని గబగబా సర్దింది.

తల్లి స్పర్శతో కళ్లు విప్పిన స్వచ్ఛ పరిసరాల స్పృహ లేకుండా ఏదో లోకంలో ఉన్నట్లు పలవరిస్తోంది. అంతలోనే తల్లి ముఖాన్ని గుర్తించి భయంతో చిగురుటాకులా వణికిపోయింది. తల్లిని కౌగిలించుకుని వెక్కివెక్కి ఏడవసాగింది. కూతుర్ని గాఢంగా గుండెకు హత్తుకుని ఓదార్పుగా వీపు నిమురుతూ తన ఆందోళనను, దుఃఖాన్ని అదుపు చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తోంది శైలజ. తల్లీకూతుళ్ల ఏడుపునుండి తెప్పరిల్లేవరకు నిస్తేజంగా చూస్తుండిపోయింది రాధిక.

• • •

ఉదయం తను ఆఫీసుకి వెళ్లక ముందే లంచ్ బాక్స్ తీసుకుని హడావిడిగా కాలేజీకి పరుగెత్తిన స్వచ్ఛ సాయంత్రం ఇంటికి రావల్సిన టైమ్‌కి రాకపోవడం, ఫోన్ చేసినా ఎంతకీ లిఫ్ట్ చేయకపోవడంతో కంగారుపడి తనకి తెలిసిన స్వచ్ఛ ఫ్రెండ్స్‌కి ఫోన్ చేసింది శైలజ. వాళ్లెవరూ ఆచూకీ చెప్పలేకపోవడం, సమయానికి స్వచ్ఛ తండ్రి కూడా ఊళ్లో లేకపోవడంతో మరింత ఆందోళన పడింది.

ఒకవేళ ఇంటికి రావడం ఆలస్యమైతే ఫోన్ చేసి చెప్పే స్వచ్ఛ ఎందుకు ఫోన్ చెయ్యలేదు? అసలు తనకు ముందుగా చెప్పకుండా ఎక్కడకూ వెళ్లే అలవాటు స్వచ్ఛకు లేదే! ఎవరైనా తనకు తెలియని ఫ్రెండ్ బర్త్‌డే పార్టీకి వెళ్లిందా? ఫ్రెండ్స్‌తో కలిసి హోటల్‌కో, సినిమాకో వెళ్లలేదు కదా! ట్రాఫిక్‌లో చిక్కుకుపోయిందా? -

పరిపరి విధాల పోతున్న మనసును సముదాయిస్తూ స్థిమితంగా ఆలోచించడానికి విశ్వప్రయత్నం చేసింది శైలజ. అంతలో ఫోన్ మోగడంతో ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడింది. రాధిక అనే అపరిచితురాలు స్వచ్ఛ ఫోన్ ద్వారా తెలిపిన సమాచారం విన్న ఆమె గుండె జారి పోయింది.

ఆఘమేఘాల మీద రాధిక చెప్పిన అడ్రస్ ప్రకారం నగరానికి ఒక చివరనున్న అపార్ట్‌మెంట్ కాంప్లెక్స్ దగ్గరకు చేరింది శైలజ. అంతకుమునుపు ఫోన్ చేసిన రాధిక ఇన్‌గేట్ దగ్గరే శైలజ కోసం ఎదురుచూస్తోంది. మధ్యమధ్యలో ఫోన్ చేస్తూ శైలజ ఎంతవరకు వచ్చిందో తెలుసుకుంటున్నది. శైలజ క్యాబ్ దిగగానే ఎదురుచూస్తున్న మనిషి తనే అని నిర్ధారించుకుని సెల్లార్ వైపు దారి తీసింది. ఆమెను అనుసరిస్తున్న శైలజ మనసునిండా కీడు ఆలోచనలు.

తన కూతుర్నెవరైనా కిడ్నాప్ చేసి ఇక్కడకి తీసుకొచ్చారా? ఏ అఘాయిత్యమూ జరగలేదు కదా .. అసలు ప్రాణాలతో ఉందా? శైలజ శక్తినంతా ఎవరో లాగేసుకున్నట్లనిపించింది. తూలి పడబోయి, తమాయించుకుని రాధిక చేతిని గట్టిగా పట్టుకుంది.

"ధైర్యంగా ఉండండి. దగ్గరకు వచ్చేశాం ... ఆఫీసునుండి వచ్చి కార్ పార్కు చేస్తూ ఆ అమ్మాయి ఇక్కడ పడి ఉండడం గమనించాను. గబగబా వెళ్లి చూస్తే ఊపిరి బాగానే తీసుకుంటోంది గాని ఒంటిమీద దెబ్బలు, రక్తం. లేపి హాస్పటల్‌కి తీసుకువెళ్దామా అని పక్కకి తిప్పినప్పుడు ఆమె పొట్టకింద ఫోన్ కనిపించింది. చూస్తే ... అప్పటికే మీరు చేసిన మిస్డ్ కాల్స్ చాలా కనిపించాయి. విషయం చెప్పడానికి అదే నెంబర్‌కి వెంటనే కాల్ చేశాను..." చెప్పింది రాధిక.

వెల్లువెత్తిన దుఃఖం, ఆందోళనని సంబాళించుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తోంది శైలజ. కల్పించుకుంటే అనవసరపు ఆపదలు తమనెక్కడ చుట్టుకుంటాయో అని భయపడి, చూసి కూడా చూడనట్లు వెళ్లిపోకుండా రాధిక అంత బాధ్యత తీసుకున్నందుకు కృతజ్ఞత తెలిపింది.

• • •

"మా ఫ్లాట్ ఇక్కడే ఫోర్త్ ఫ్లోర్‌లో ఉంది. ముందు మా ఇంటికి వెళ్దాం రండి. అసలేం జరిగిందో తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నిద్దాం. అవసరమనుకుంటే డాక్టర్ దగ్గరకు తీసుకుని వెళ్దాం" శైలజ చెయ్యి పట్టుకుని లేవదీసింది రాధిక. ఇద్దరూ కలిసి స్వచ్ఛను బలవంతాన లేపి చెరొకవైపు పట్టుకుని నడిపించారు.

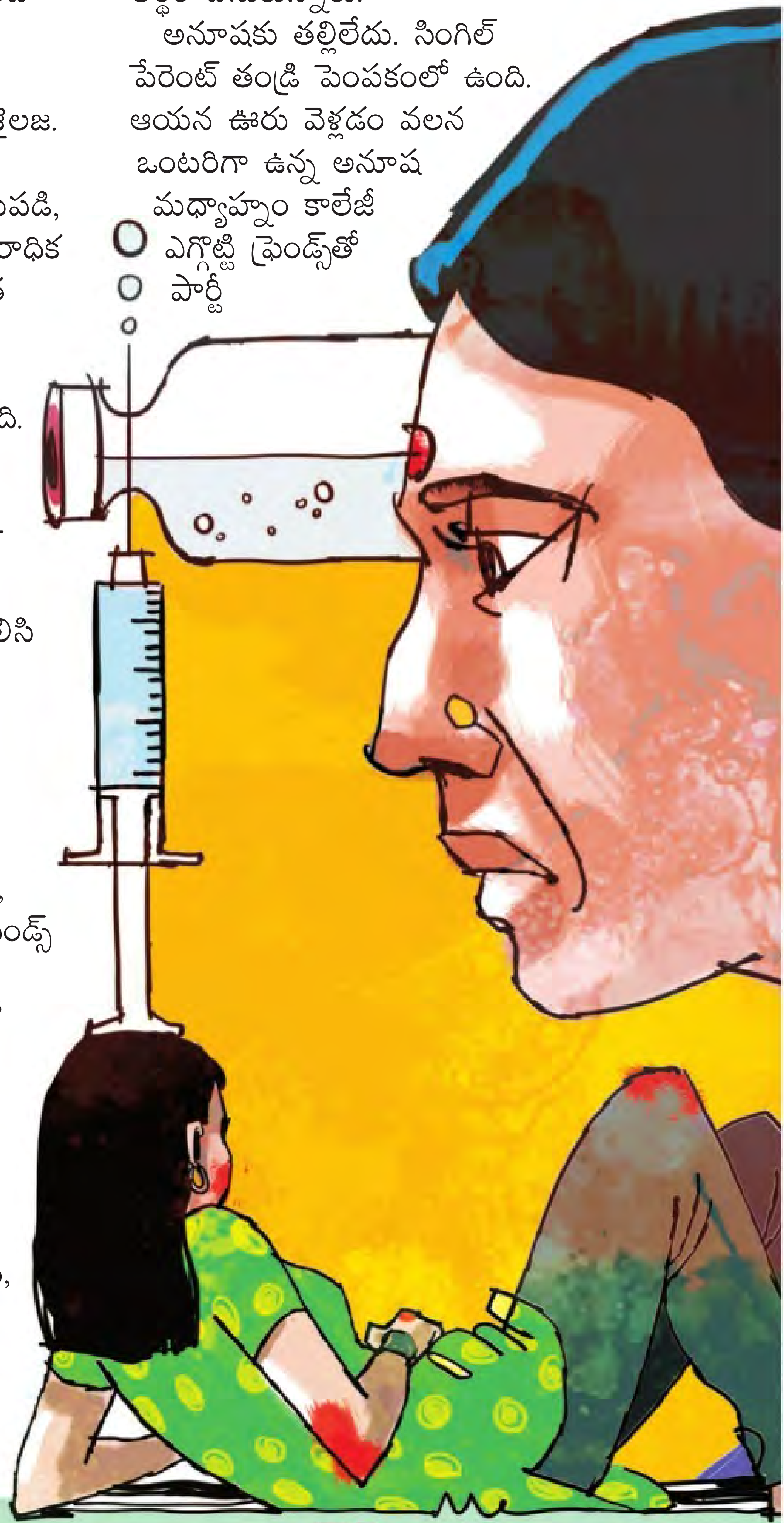
వెలుతురు సరిగా లేని, దుర్వాసనతో నిండిన ఆ సెల్లార్‌లోకి స్వచ్ఛ ఎందుకు వచ్చింది? తమ ఇంటికి ఇంత దూరాన ఉన్న ఆ ఫ్లాట్స్‌లో తమ బంధువులుగాని, స్నేహితులుగాని ఎవరూ లేరే! స్వచ్ఛ ఫ్రెండ్స్ ఎవరైనా ఉన్నారా? - ఉద్వేగాన్ని ఆపుకుంటూ, తాము్న ఆ స్థితికి సిగ్గుతో చితికిపోతూ రాధిక వెంట నడుస్తోంది శైలజ.

అంతలోనే రాధిక ఫోన్ మోగింది. తమ పక్క ఫ్లాట్‌లో జరుగుతున్న న్యూసెన్స్ గురించి చెప్పింది రాధిక అత్తగారు. నాలుగో ఫ్లోర్‌లో లిఫ్ట్ ఆగగానే, తలుపులు బార్లా తెరిచి ఉన్న ఫ్లాట్‌లో కనపడుతున్న దృశ్యం చూసి షాక్ అయ్యింది శైలజ. స్వచ్ఛ ఈడున్న ముగ్గురమ్మాయిలు ఒళ్లు తెలియకుండా సోఫాల్లో వాలిపోయి అర్థం పర్థం లేకుండా వెర్రిగా నవ్వుతూ, వెకిలిగా పాటలు పాడుతూ ఒక ఉన్మాద స్థితిలో కనిపించారు. వారిలో అనూషను గుర్తించింది శైలజ.

స్వచ్ఛను చూడగానే ఒకమ్మాయి ఒక్క ఉదుటన వచ్చి మొరటుగా తనవైపు లాక్కోబోయింది. ఒక్క క్షణం దిగ్భ్రాంతికి గురైన శైలజ, రాధిక బలవంతాన ఆ అమ్మాయి నుంచి స్వచ్ఛను విడిపించారు. తర్వాత ఆ పక్కనే ఉన్న రాధిక ఫ్లాట్‌లోకి తీసుకువెళ్లారు.

స్వచ్ఛ ఏం జరిగిందీ చెప్పే స్థితిలో లేదు. ఆ అమ్మాయిలు ఉన్న ఫ్లాట్‌లో పరిస్థితిని బట్టి, రాధిక అత్తగారు చెప్పినదాన్ని బట్టి కొంత అర్థం చేసుకున్నారు.

అనూషకు తల్లిలేదు. సింగిల్ పేరెంట్ తండ్రి పెంపకంలో ఉంది. ఆయన ఊరు వెళ్లడం వలన ఒంటరిగా ఉన్న అనూష మధ్యాహ్నం కాలేజీ ఎగ్గొట్టి ఫ్రెండ్స్‌తో పార్టీ



ఈ వారం కథ

చేసుకుందనేది అర్థమయ్యింది. మద్యంతో పాటు మత్తుమందులు కూడా పార్టీలో భాగం అవడం వలన ... శృతి మించిన ఉద్రేకం, ఉత్తేజంతో డ్యాన్సులు, కేకలు - పక్క ఫ్లాట్స్ వాళ్లు అదుపు చెయ్యాలని ప్రయత్నించినప్పటికీ అలవి కాకుండా న్యూసెన్స్ చేశారని తెలిసింది.

రాధిక వెంటనే అపార్ట్‌మెంట్స్ ఆఫీస్ నుంచి అనూష తండ్రి ఫోన్ నెంబరు తీసుకుని ఆయనకు విషయం చెప్పింది. శైలజకు గతంలో అనూష గురించి స్వచ్ఛ చెప్పిన మాటలు గుర్తుకొచ్చాయి.

అనూష పసిపిల్లగా ఉండగానే ఆమె తల్లి భర్తను, కూతుర్ని వదలిపెట్టి వెళ్లిపోయిందని, తండ్రి మళ్లీ పెళ్లి చేసుకోలేదని, అనూష ఒంటరితనంగా ఫీలవుతోందని, అప్పుడప్పుడు డిప్రెషన్‌కి గురవుతోందని...

ఒకటి రెండు సార్లు అనూషను ఇంటికి తీసుకొచ్చింది కూడా. అనూష గురించి స్వచ్ఛ చెప్పింది విని ఊరుకుందే తప్ప మిగతా విషయాల్ని ఆరా తీయలేదు శైలజ.

తండ్రి ఎంత ఆప్యాయంగా సంరక్షిస్తున్నప్పటికీ తల్లి లేని లోటు వల్ల ఇలాంటి పరిస్థితిలో చిక్కుకుని ఉండొచ్చు. కాని తన కూతురికి ఏం లోటొచ్చిందని ఇంత అసహ్యమైన స్థితిలో పడివుంది? తనూ, వాళ్ల నాన్నా ఎటువంటి ఆంక్షలు పెట్టకుండా పెంచారే. ఉన్నతమైన లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకుని, స్వేచ్ఛగా వాటిని అందుకోవడానికి ప్రయత్నించమని ప్రోత్సహిస్తున్నారే .. విజయం సాధించడానికి అడ్డదారులు లేవు. కష్టపడి సాధించాల్సిందేనని నమ్ముతూ పిల్లలిద్దరికీ అదే బోధించారు, అదే సూత్రాన్ని నమ్మిన ఉదయ్ తాము కోరుకున్నట్టు హార్వర్డ్ యూనివర్సిటీలో రిసెర్చ్ చేస్తున్నాడు. ఉదయ్ తర్వాత ఎనిమిదేళ్లకి పుట్టిన స్వచ్ఛ మరింత గారాబంగా పెరిగింది. మెడిసిన్ చదివితే బావుండునని తాము అనుకున్నప్పటికీ తనకు మెడిసిన్ ఇంట్రెస్ట్ లేదని 'లా కోర్స్' చేస్తానంటే మరోమాట లేకుండా సరేనన్నారు. బెస్ట్ ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో చేర్పించారు. అలాగని స్వచ్ఛ తన స్వేచ్ఛనెప్పుడూ దుర్వినియోగ పరచలేదు. కానీ, ఇప్పుడిలా ... ఆలోచిస్తుంటే శైలజ హృదయాన్ని ఎవరో కత్తితో కోస్తున్నట్టుగా ఉంది.

రాధిక ఇచ్చిన వేడి నీటిలో రుమాలు ముంచి స్వచ్ఛ శరీరం మీది రక్తాన్ని తుడిచి గాయాల్ని శుభ్రం చేసింది శైలజ. స్వచ్ఛకు ఈ దెబ్బలెలా తగిలాయి? మద్యం, డ్రగ్స్ అలవాటు లేని స్వచ్ఛ వాటిని తీసుకోవడానికి నిరాకరిస్తే బలవంతాన ఇవ్వడానికి ప్రయత్నించారా? ఆ ప్రయత్నంలో తమమీద తమకు అదుపులేని స్థితిలో ఆ అమ్మాయిలు స్వచ్ఛ మీద దాడికి దిగారా? తమ ఫ్లాట్ నుండి సెల్లార్‌లోకి తరుముతూ వచ్చారా? అక్కడ ఇంకెవరైనా స్వచ్ఛ మీద దాడికి దిగారా? శారీరకంగా, లైంగికంగా గాని హింసించారా?

శైలజ మెదడు నిండా జవాబులు దొరకని ప్రశ్నలు. స్వచ్ఛ మీద అత్యాచారం జరిగిందేమో అనే ఆలోచన రాగానే ఆమె ఊపిరి ఆగిపోయినంత పనయింది.

అనూష వాళ్ల ఫ్లాట్‌లో స్వచ్ఛ పుస్తకాల బ్యాగ్‌ని తీసుకుంటూ మిగతా అమ్మాయిలవంక చూసింది శైలజ. జీవితంలో మొట్టమొదటిసారిగా తాగి, డ్రగ్స్ తీసుకున్న అమ్మాయిల్ని చూస్తుంటే ఆమె మెదడు భయంతో మొద్దుబారిపోయింది. తన కూతుర్ని అలాంటి వారి సరసన చూస్తానని కలలో కూడా అనుకోలేదు. తన నమ్మకాలు, విలువలు కుప్పకూలుతున్నట్లు అనిపించింది.

"ముందు అమ్మాయిని డాక్టర్ దగ్గరకు తీసుకువెళ్లండి. అనూష డాడీ వచ్చేవరకు వీళ్ల విషయం నేను చూస్తాను" అంది రాధిక.

ఇద్దరూ కలిసి స్వచ్ఛను క్యాబ్‌లో ఎక్కించారు. శైలజ తిన్నగా డాక్టర్ శృతి హాస్పిటల్‌కి తీసుకెళ్లి అడ్మిట్ చేసింది. నెమ్మది నెమ్మదిగా స్వచ్ఛ మత్తునుంచి బయటపడుతోంది. తెలివిలోకి వస్తున్న కొద్దీ దుఃఖం ఎగసి వస్తోంది. తల్లి వంక చూడడానికి భయపడుతోంది.

తనని ఆ స్థితిలో చూసి అమ్మ

"రాధిక ఇచ్చిన వేడి నీటిలో రుమాలు ముంచి స్వచ్ఛ శరీరం మీది రక్తాన్ని తుడిచి గాయాల్ని శుభ్రం చేసింది శైలజ. స్వచ్ఛకు ఈ దెబ్బలెలా తగిలాయి? మద్యం, డ్రగ్స్ అలవాటు లేని స్వచ్ఛ వాటిని తీసుకోవడానికి నిరాకరిస్తే బలవంతాన ఇవ్వడానికి ప్రయత్నించారా? ఆ ప్రయత్నంలో తమమీద తమకు అదుపులేని స్థితిలో ఆ అమ్మాయిలు స్వచ్ఛ మీద దాడికి దిగారా? తమ ఫ్లాట్ నుండి సెల్లార్‌లోకి తరుముతూ వచ్చారా? అక్కడ ఇంకెవరైనా స్వచ్ఛ మీద దాడికి దిగారా? శారీరకంగా, లైంగికంగా గాని హింసించారా?"

ఎంత షాక్‌కి గురయి ఉంటుందో! తన మీద ఇన్నాళ్లూ ఉంచిన నమ్మకాన్ని ఒక్కసారిగా చెదరగొట్టానే .. తన మీద ఏనాడూ నిఘా పెట్టని అమ్మకు ఇంతగా క్షోభ కలిగించానే .. స్వచ్ఛ మనసు పరిపరి విధాలా ఆలోచిస్తోంది. అమ్మ తను ఏది చెప్పినా సహనంతో వింటుంది. ఇంత మంచి అమ్మను దుఃఖపడే పరిస్థితిలోకి తన ప్రమేయం లేకుండానే నెట్టేసింది. జరిగిన విషయాలన్నీ అమ్మకు చెప్పేయాలి ...

ఒక్కో సంఘటననీ గుర్తుకు తెచ్చుకునే ప్రయత్నం చేసింది స్వచ్ఛ - తను క్లాసులో ఉండగా అనూష ఫోన్ చేసింది ... డాడీ ఊరెళ్లారని, తన మనసేం బాగా లేదని, సూసైడ్ చేసుకోవాలని బలంగా అనిపిస్తోందని. ఏడుస్తూ చెప్పేసరికి కంగారుపడుతూ అనూష ఇంటికి వెళ్లింది. తను వెళ్లేసరికి అనూష మిగతా ఫ్రెండ్స్ ఉన్నారు. అప్పటికే వాళ్లు డ్రింక్ చేస్తున్నారు. బేగ్స్ నుంచి డ్రగ్స్ కూడా తీశారు. పరిస్థితి తేడాగా ఉందని గమనించి తను వెనక్కు వచ్చేస్తుంటే బలవంతంగా ఆపి మందు తాగించడానికి ప్రయత్నించారు. వాళ్లను తప్పించుకుని పరిగెత్తే క్రమంలో తన షర్ట్ లాగేశారు. ఎటు పరుగెత్తుతుందో కూడా తెలియలేదు. ముగ్గురూ తనని వెంబడించి బలవంతాన అదిమిపట్టి ఏదో తాగించారు. ఆ తర్వాత మత్తులో తనకింకేం తెలియలేదు ....

జరిగిందంతా వెక్కిళ్ల మధ్య తల్లికి చెబుతుంటే పాతాళంలోకి కుంగిపోతున్నట్టు అనిపించింది శైలజకు.

సెల్లార్‌లో స్వచ్ఛపై లైంగిక దాడి జరిగి

ఉంటుందా? ఒకవేళ జరిగి ఉంటే తన శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యానికి నష్టం జరగకుండా ఏమి చెయ్యాలి? పోలీస్ రిపోర్ట్ ఇవ్వాలా ... స్పష్టత లేని ఆలోచనలతో శృతిని ప్రశ్నించింది.

"స్వచ్ఛకు అవసరమైన టెస్ట్‌లు చేసి ట్రీట్‌మెంట్ ఇద్దాం. అనూషతోనూ, ఆ అమ్మాయి ఫ్రెండ్స్‌తో కూడా మాట్లాడి ఇంకా వివరాలు తెలుసుకుందాం. లాయర్‌ని సంప్రదించి పోలీస్ రిపోర్ట్ గురించి సలహా అడుగుదాం. మీరు ముందు ధైర్యంగా ఉండండి" నచ్చచెప్పడానికి ప్రయత్నించింది శృతి.

"ఎంత ధైర్యంగా ఉందామన్నా నా వల్ల కావడం లేదు డాక్టర్. మద్యం, మత్తుమందుల వ్యాపార లాభాల కోసం చిన్న వయసు వాళ్లకు కూడా ఈ వ్యసనాన్ని మప్పుతున్నారని ... కాలేజీల్లో, యూనివర్సిటీల్లో డ్రగ్స్ చాక్‌లెట్స్ దొరికినంత ఈజీగా దొరుకుతున్నాయని, కాస్త డబ్బుంటే చాలు, స్వేచ్ఛగా సంతోషాన్ని కొనుక్కోవచ్చునని తరచూ వింటున్నాం. లిక్కర్ మాఫియా, డ్రగ్స్ మాఫియా దేశాలు, నగరాలు దాటి గ్రామాల్లోకి కూడా వేగంగా

"...ఇప్పుడిది ఎక్కడో దూరంగా లేదు. మనలాంటి వాళ్ల ఇళ్లల్లోకి కూడా వచ్చేసి మన పిల్లల్ని బలిగొంటున్నదనేది వాస్తవం ... ఇప్పుడు నా భయం, దుఃఖం కేవలం నా కూతురు ఒక్కదాని గురించి మాత్రమే కాదు డాక్టర్ ... స్వచ్ఛలాంటి పిల్లలందరి గురించి .. ఇంకా ఈ విషయాన్ని సీరియస్‌గా పట్టించుకోకుండా వదిలేయాలంటారా ..."

విస్తరిస్తోందని 'మత్తులో జోగుతున్న నగరం', డ్రగ్స్ కోరల్లో యువత' అనే పతాక శీర్షికలతో పేపర్లలో న్యూస్ చదివి, ఛానెల్స్‌లో చూస్తూ అది మన విషయం కాదన్నట్టు నాలాంటి వాళ్లం అంత సీరియస్‌గా పట్టించుకోలేదు ఇన్నాళ్లూ .." పశ్చాత్తాప పడుతున్నట్టు చెబుతున్న శైలజ వంక సానుభూతితో చూసింది శృతి.

శైలజ మరింత ఆవేశంతో ...

"ఒక వర్గంలో ఇలాంటి పార్టీలు ఇళ్లల్లో జరగడం మామూలైపోయిందని నా ఫ్రెండ్స్ ఆ మధ్య చెబితే నమ్మలేదు నేను. ఇప్పుడిది ఎక్కడో దూరంగా లేదు. మనలాంటి వాళ్ల ఇళ్లల్లోకి కూడా వచ్చేసి మన పిల్లల్ని బలిగొంటున్నదనేది వాస్తవం ... ఇప్పుడు నా భయం, దుఃఖం కేవలం నా కూతురు ఒక్కదాని గురించి మాత్రమే కాదు డాక్టర్ ... స్వచ్ఛలాంటి పిల్లలందరి గురించి .. ఇంకా ఈ విషయాన్ని సీరియస్‌గా పట్టించుకోకుండా వదిలేయాలంటారా ..." పిడికిలి బిగిస్తూ బల్లగుద్ది ప్రశ్నించినట్టు వెర్రిగా ఏడుస్తూ అంది శైలజ.

ఒక తల్లిగా శైలజ ఆక్రోశాన్ని, ఆవేదనని అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ మాన్పడిపోయినట్టు బేలగా చూస్తుండిపోయింది డాక్టర్ శృతి.

రచయిత్రి సెల్ : **98490 22441**



అద్దెకు ఆప్యాయత !

"ఉదయం లేవగానే లంకంత కొంపలో కూనిరాగాలు తీసుకుంటూ ఒంటరిగా తిరుగుతాను నేను... మధ్యాహ్నం మండే ఎండలో వాకిలి నీడలో కూర్చొని కాలక్షేపపు ఆటలు ఆడతాను నేను... సాయంకాలం అస్తమించే సూర్యుడిని చూస్తూ జ్ఞాపకాల జడిలో జారిపోతాను నేను. రోజంతా నేనే..." ఏకాకిగా వృద్ధాప్య జీవితాన్ని గడిపిన ఒక కవి మనోవేదన ఇది.

ఇటువంటి బాధలను అనుభవిస్తున్న వృద్ధులు మన చుట్టూ చాలామందే ఉంటారు. ఉద్యోగం, వ్యాపారం, పిల్లల చదువులు... కారణమేదైనా 60 దాటిన వారిని ఒంటరిగా వదిలేసి వెళుతున్నవారు కోకొల్లలు. ఆ పరిస్థితుల్లో వాళ్లకు కావలసింది ఆస్తులు కాదు. కాసేపు తమతో ఆడుకునే ఒక మనవడూ మనవరాలూ, కబుర్లన్నీ పంచుకునే ప్రాణస్నేహితుడూ, అనుబంధాలను కలుపుకుని బంధువులా మారిపోయే ఒక తోడు. అవే దొరికితే.. వాళ్ల ఆనందానికి హద్దులుండవేమో! ఆ అనుభూతిని వారికి అందిస్తూ 'ఆసరా'గా నిలుస్తున్నాయి కొన్ని 'నాన్-మెడికల్ కేర్ సర్వీసెస్' సంస్థలు.

కాకపోతే ఈ సేవలు ఉచితం కాదు. వెచ్చించే సమయాన్ని బట్టి కొంత మొత్తాన్ని అద్దెగా చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. ఒంటరిగా ఉన్న వారితో గంటన్నర సేపు గడిపినందుకు 150 రూపాయల నుంచి, ఒక నెలకు మొత్తంగా 20 వేల రూపాయల దాకా వసూలు చేస్తారు. ఢిల్లీ, పుణె, గుర్‌గావ్, ముంబయి, అహ్మదాబాద్ మొదలైన నగరాల్లో ఈ తరహా సంస్థలు ('ది ఫ్యామిలీ మెంబర్', 'ఆజీ కేర్' మొదలైనవి) చాలానే వచ్చాయి, ఇంకా వస్తున్నాయి. పెద్దలతో కాసేపు ఆడుకునేందుకు, వారికి కబుర్లు చెప్పేందుకు, పక్కనే కూర్చొని టీవీ చూసేందుకు, పెళ్లి తదితర శుభకార్యాలకు, బ్యాంకులకు, ఆసుపత్రులకు, లేదా వేరే నగరాలకు తోడుగా వచ్చేందుకు ఒక అద్దె బంధువును ఏర్పాటు చేస్తాయి ఈ సంస్థలు.

'తెలియని వ్యక్తులు ఇంటికి వస్తేనే కంగారు పడతాం.. అలాంటిది పెద్దవాళ్ల దగ్గర తోడుగా పెట్టాలంటే..?' అని ఈ నాన్- మెడికల్ కేర్ సంస్థలు వచ్చిన మొదట్లో చాలా మంది భయపడ్డారు. అయితే మంచి నడవడిక కలిగిన వారినే వలంటీర్లుగా ఎంపిక చేయడం, వారి పనితీరును రోజూ సమీక్షించడంతో క్రమేణా ఆ అనుమానాలు తొలగిపోయాయి. తోడు కావాలన్నారు కదా అని ఎవరిని పడితే వారిని పంపించరు.

కొందరు మనవళ్లు, మనవరాళ్ల వయసులో ఉన్న పిల్లలతో కలిసి వీడియో గేమ్స్, క్యారమ్స్ వగైరా ఆడుకుంటూ చిన్న పిల్లల్లా మారిపోవాలని కోరుకుంటారు. మరికొందరేమో తమకు నచ్చిన పాటలు పాడే నేస్తం కావాలని ఆశిస్తారు. ఇష్టమైన వాద్య సంగీతాన్ని వినిపించే స్నేహితుడిని, పుస్తకాలు చదివిపెట్టే పాఠకుడిని కోరుకుంటారు. ఇలా ఎలాంటి తోడు కావాలో తెలుసుకుని మరీ, అటువంటి వారినే పంపిస్తాయి ఆ సంస్థలు. ఇదే వీటి విజయ రహస్యం. ఒంటరి వృద్ధుల్లో ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా పెరుగుతాయి. వారికి ఆసరాను అందించడం ద్వారా ఆ ఒంటరితనాన్ని, దిగులును దూరం చేస్తే పెద్దల ఆరోగ్యం, ఆయుష్షు రెండూ పెంచినట్టే! పనిలోపనిగా వలంటీర్ల ఆర్థిక అవసరాలు కూడా తీరుతాయి. రెండు వైపులా లాభమంటే ఇదేనేమో!



ఇది మామిడి మాసమనీ...

మ్యాంగో రైస్

కావలసిన పదార్థాలు

బాస్మతి బియ్యం- ఒక కప్పు, మామిడికాయలు- రెండు (సన్నగా తురుముకోవాలి), పల్లీలు- ఒక టేబుల్ స్పూను, ఆవాలు- ఒక టీ స్పూను, మినపప్పు, శనగపప్పు- ఒక్కో టీ స్పూను, అల్లం తురుము- అర టీ స్పూను, ఎండు మిర్చి- రెండు, పచ్చిమిర్చి- మూడు, కరివేపాకు- ఒక రెబ్బ, పసుపు- అర టీ స్పూను, నూనె- రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, కొత్తిమీర- కొద్దిగా, ఉప్పు- తగినంత.

తయారీ విధానం

బాస్మతి బియ్యాన్ని పొడిపొడిగా ఉడికించి పక్కనపెట్టుకోవాలి. ఒక బాణలిలో నూనె పోసి వేడెక్కాక పల్లీలు, ఆవాలు, శనగపప్పు, మినపప్పు వేసి వేగించాలి. తర్వాత అల్లం తురుము, ఎండు మిర్చి, పచ్చిమిర్చి, కరివేపాకు, పసుపు వేసి 2 నిమిషాలు వేగించాలి. మామిడి తురుము, ఉప్పు కూడా వేసి 5 నిమిషాలు ఉడికించాలి. ఆ తర్వాత బాస్మతి బియ్యం వేసి బాగా కలిపి చిన్నమంట మీద 4 నిమిషాలు ఉంచి, కొత్తిమీర చల్లి దించేయాలి.

మంగా పులిస్సేరి (కేరళ స్పెషల్)

కావలసిన పదార్థాలు

మామిడికాయలు- రెండు, కొబ్బరి తురుము- రెండు కప్పులు, పసుపు- ఒక టీ స్పూను, పచ్చిమిర్చి- రెండు, జీలకర్ర- ఒక టీ స్పూను, ఆవాలు- ఒక టీ స్పూను, పెరుగు- రెండు కప్పులు, ఎండుమిర్చి- రెండు, కరివేపాకు- రెండు రెబ్బలు, నూనె- ఒకటిన్నర టేబుల్ స్పూన్లు, ఉప్పు- తగినంత.

తయారీ విధానం

కొబ్బరి తురుములో పసుపు, జీలకర్ర, పచ్చిమిర్చి వేసి మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. తర్వాత ఒక బాణలిలో నూనె పోసి వేడెక్కాక కొబ్బరి ముద్దను వేసి 3 నిమిషాలు వేగించాలి. ఉప్పు, పెరుగు కూడా వేసి రెండు కప్పుల నీళ్లు పోసి బాగా కలపాలి. తర్వాత మామిడి ముక్కలను వేసి చిన్న మంట మీద 10 నిమిషాలు ఉడికించాలి. మరో గిన్నెలో ఒక టీ స్పూను నూనె పోసి ఆవాలు, ఎండుమిర్చి, కరివేపాకు వేసి పోపు పెట్టుకుని కూరలో కలిపి, దింపేసి వేడిగా వడ్డించాలి.

ఫుడ్ కోర్ట్

ఆమ్ పన్నా

కావలసిన పదార్థాలు

మామిడికాయలు- మూడు, చక్కెర- అర కప్పు, ఉప్పు- రెండు టీ స్పూన్లు, సైంధవ లవణం (నల్ల ఉప్పు)- రెండు టీ స్పూన్లు, జీలకర్ర- రెండు టీ స్పూన్లు (వేగించి పొడి చేసుకోవాలి), పుదీనా- రెండు టేబుల్ స్పూన్లు.

తయారీ విధానం

మామిడికాయలను కుక్కర్‌లో వేసి రెండు విజిల్స్ వచ్చేదాకా ఉడికించాలి. దింపేసి చల్లారిన తర్వాత తొక్కలను, పిక్కలను పిండేసి పడేయాలి. మిగిలిన పదార్థాలన్నింటినీ వేసి మిక్సీలో మెత్తగా రుబ్బుకోవాలి. ఆ తర్వాత ఐస్ ముక్కలతో సర్వ్ చేస్తే సరి. ఇది వేసవి తాపాన్ని తగ్గించడంతో పాటు ఆరోగ్యానికి మంచిది, రుచి కూడా.

మ్యాంగో ఐస్‌క్రీం

కావలసిన పదార్థాలు

మామిడి పండు గుజ్జు- ఒక కప్పు, మామిడి పండ్లు- రెండు (చిన్న ముక్కలుగా కోయాలి), పాలు- ఒక కప్పు, వెన్న లేదా క్రీమ్- మూడు కప్పులు, కస్టర్డ్ పౌడర్- ఒక టేబుల్ స్పూను, వెనీలా- ఒక టేబుల్ స్పూను, చక్కెర- ఒక కప్పు.

తయారీ విధానం

పావు కప్పు పాలల్లో కస్టర్డ్ పౌడర్ వేసి బాగా కలిపి పక్కన పెట్టుకోవాలి. మిగిలిన పాలల్లో చక్కెర వేసి వేడి చేయాలి. పాలు మరుగుతున్నప్పుడు కస్టర్డ్ పౌడర్ కలిపిన పాలు కూడా పోసి 2 నిమిషాలు మరిగించి, దింపేసి చల్లారనివ్వాలి. తర్వాత మామిడి పండు గుజ్జు, ముక్కలు, వెన్న, వెనీలా వేసి బాగా కలిపి మూడు గంటలు డీప్‌ఫ్రిజ్‌లో పెట్టుకోవాలి.



రంగులేయండి!

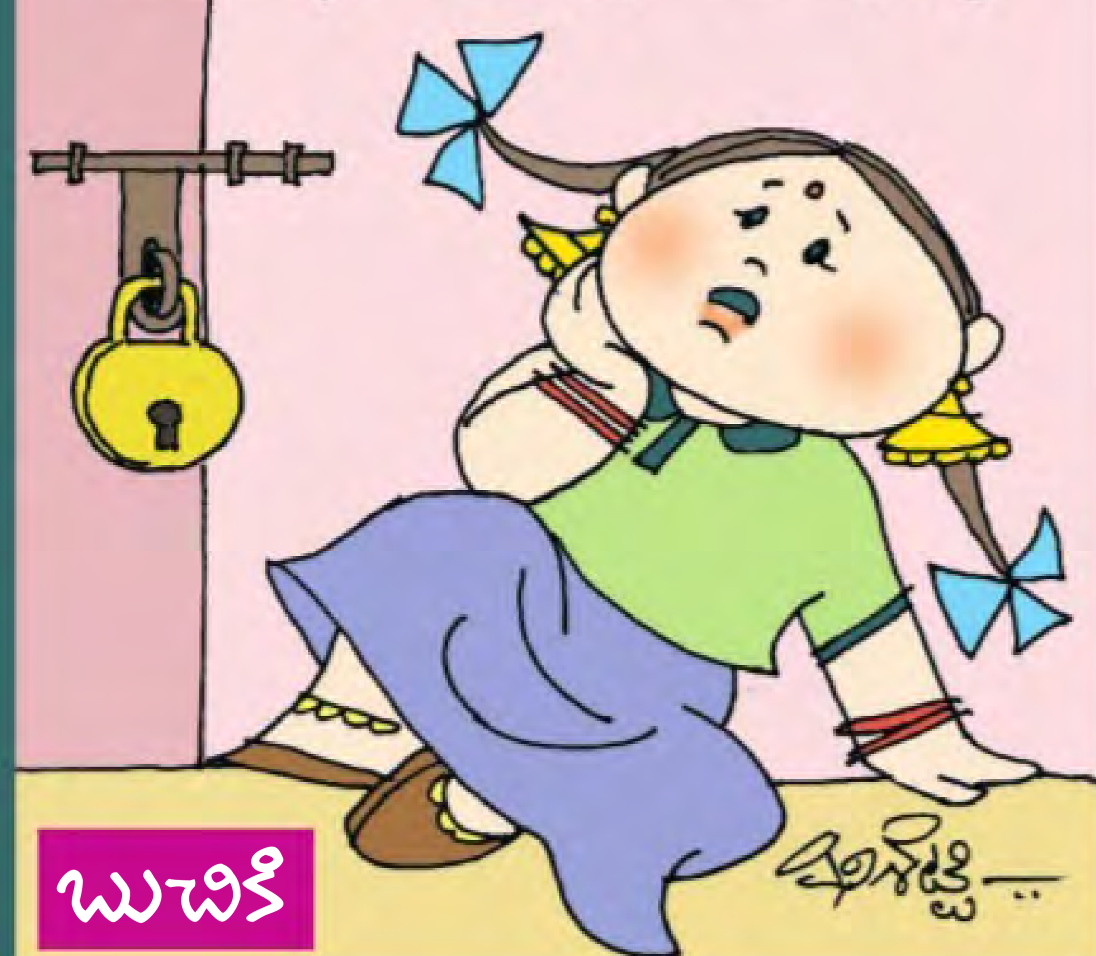


చుక్కలు కలపండి!



బతకనేర్చిన ఆకు

చూడటానికి ఆకులా పచ్చగా మెరిసిపోతున్న ఈ సముద్రజీవి పేరు 'ఈస్ట్రన్ ఎమరాల్డ్ ఎలీషియా'. మొదట్లో దీన్నో సాధారణ కీటకంగానే భావించారు శాస్త్రవేత్తలు. కానీ ఎలీషియాకి ఆ రంగు ఎలా వచ్చిందో తెలుసుకునేసరికి సరికొత్త విషయాలు బయటపడ్డాయి. ఈ జీవి సముద్రపు నాచులోని క్లోరోప్లాస్ట్‌లను నోటితో పీల్చి తన కణాల్లోకి పంపుకుంటుంది. తర్వాత వాటి ద్వారా సూర్యరశ్మిని గ్రహించి ఆహారాన్ని తయారు చేసుకుంటుంది. అందుకే దీనికి శాస్త్రవేత్తలు 'సోలార్ పవర్డ్ సీ స్లగ్' అని పేరు పెట్టారు. ఇవి ఎక్కువగా అమెరికా ఉత్తర సముద్ర తీర ప్రాంతాల్లో అంటే మసాచుసెట్స్ నుంచి టెక్సాస్ వరకూ విస్తరించి ఉన్నాయి. కెనడాలోనూ కనిపిస్తాయి.



నా బొమ్మ





ఎం. ఆకాష్, యుకెజి, శ్రీ భావన విద్యానికేతన్, క్రాంతినగర్, విశాఖపట్నం

బుల్లి చిత్రకారిణి

'పువ్వు పుట్టగానే పరిమళిస్తుంది' అనే మాట అక్షరాలా సరిపోతుంది అరుషి భట్నాగర్‌కి. నెలల వయసులో రంగులతో అరుషి సృష్టించిన వివిధ రకాల ఆకృతులను గమనించిన ఆమె తండ్రి వాటన్నిటితో ఒక ప్రదర్శన ఏర్పాటుచేశారు. అలా పదకొండు నెలల పారాడే వయసులోనే తొలి చిత్రప్రదర్శన ఇచ్చింది అరుషి. ఆరేళ్ల వయసులో ప్రపంచంలోనే అతి చిన్న ప్రొఫెషనల్ ఆర్టిస్టుగా గిన్నిస్ బుక్‌లోకి ఎక్కిందామె. భారతంలో అభిమన్యుడిలా, తల్లి గర్భంలో ఉండగానే చిత్రకళ ఆపోశన పట్టినట్టుంది! ఉజ్జయిని, ఇండోర్, భోపాల్, పుణె, ఢిల్లీ వంటి నగరాల్లో ఇప్పటివరకూ 16కు పైగా చిత్రకళా ప్రదర్శనలు నిర్వహించింది. అనేక సత్కారాలు పొందిన అరుషిని మాజీ రాష్ట్రపతి అబ్దుల్ కలాం ప్రత్యేకంగా పిలిపించుకుని ముచ్చటించారు. ఆమె పెయింటింగ్స్‌లో ఒకటి అత్యధికంగా 18వేల రూపాయలకు అమ్ముడుపోయిందట. పెయింటింగ్స్ ద్వారా వచ్చిన ఆదాయంలో చాలా భాగాన్ని భోపాల్‌లోని 'రేఖాంకన్' అనే స్వచ్ఛంద సంస్థకు ఇస్తుంది. భవిష్యత్తులో ఫొటోగ్రఫీలోనూ రాణించాలనేది అరుషి కోరిక.



దారి కనుక్కోండి





ఎలుగుబంటి కష్టం!

పిల్లలను అలరించేందుకు రాబోతున్న మరో మూవీ 'ప్యాడింగ్టన్ 2'. 2014లో విడుదలైన బ్రిటిష్ - ఫ్రెంచ్ కామెడీ ఫిల్మ్ 'ప్యాడింగ్టన్'కు సీక్వెల్‌గా తెరకెక్కుతోంది. మానవ భాషలో మాట్లాడే ఒక ఎలుగుబంటి (ప్యాడింగ్టన్) కష్టకాలంలో తమ కుటుంబానికి ఆశ్రయమిస్తానన్న ఒక వ్యక్తిని వెదుకుతూ లండన్ వచ్చి అనేక ఇబ్బందులు పడి చివరకు బ్రౌన్ కుటుంబ ఆదరణ పొందటం మొదటి భాగంలో కథ. రెండో భాగంలో అడవిలో ఉన్న తన నాయనమ్మకు వందో పుట్టినరోజు కానుకగా ప్రాచీన పుస్తకం 'పాప్-అప్'ని ఇవ్వడానికి రకరకాల ఉద్యోగాలు చేస్తుంది ప్యాడింగ్టన్. తీరా డబ్బులు పోగయ్యేసరికి ఆ పుస్తకాన్ని ఎవరో దొంగిలిస్తారు. మరి ఆ పుస్తకాన్ని ప్యాడింగ్టన్ పొందగలిగిందా లేదా? అనేది మిగిలిన కథ.



విలువెంత?

🍎 + 🍎 + 🍎 = 30

🍎 + 🍌 + 🍌 = 18

🍌 - 🥥 = 2

🥥 + 🍎 + 🍌 = ??

జవాబు: 🍎=10, 🍌=1, 🥥=1 **14**



అనుగ్రహం

30 ఏప్రిల్ - 6 మే 2017

డాక్టర్ పి.ఎ. రామన్



మేషం

అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం

ఖర్చులు అంచనాలను మించుతాయి. పొదుపు డబ్బును ముందుగా వాడుకుంటారు. ఆశ్చర్యకరమైన సంఘటనలెదురవుతాయి. పనులు అర్ధంతరంగా నిలిపి వేయాల్సి వస్తుంది. అవకాశాలను తక్షణం వినియోగించుకోండి. రుణదాతల ఒత్తిడి అధికం. నోటీసులు, పత్రాలు అందుకుంటారు. పిల్లల భవిష్యత్తుపై శ్రద్ధ చూపించాలి. ఆరోగ్యం నిలకడగా ఉంటుంది.



తుల

చిత్త 3,4; స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు

ధనలాభం, వస్త్రప్రాప్తి, వాహన యోగం పొందుతారు. ఆదాయానికి తగ్గ ఖర్చులుంటాయి. శుభకార్యాలు చేపడతారు. ఆందోళన కలిగించిన సమస్య సద్దుమణుగు తుంది. సన్నిహితులకు సాయం చేస్తారు. బంధువులతో సత్సం బంధాలు నెలకొంటాయి. ఆంతరంగిక విషయాలు గోప్యంగా ఉంచండి. ఆది, సోమ వారాల్లో మీ గౌరవానికి భంగం కలిగే సూచనలున్నాయి.



వృషభం

కృత్తిక 2,3,4; రోహిణి, మృగశిర 1,2 పాదాలు

ఈవారం సంప్రదింపులకు అనుకూలం. కొంత డబ్బు అందుతుంది. అవసరాలు నెరవేరుతాయి. పనులు సకాలంలో పూర్తవుతాయి. ఇతరులకు బాధ్యతలు అప్ప గించవద్దు. పరిచయం లేని వారితో జాగ్రత్త. నమ్మకస్తులే తప్పుదారి పట్టించేందుకు యత్నిస్తారు. కుటుంబీకుల ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. ప్రేమ వ్యవహారం వివాదాస్పదమవుతుంది.



వృశ్చికం

విశాఖ 4వ పాదం; అనూరాధ, జ్యేష్ఠ

ఆర్థిక లావాదేవీలతో హడావిడిగా ఉంటారు. ఆలో చనలు పలు విధాలుగా ఉంటాయి. రుణదాతల ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఆత్మీయులకు సాయం చేస్తారు. మాన సికంగా కుదుటపడతారు. గుట్టుగా యత్నాలు సాగించండి. కుటుంబ విషయాలు వెల్లడించవద్దు. బాధ్యతలు వేరేవారికి అప్పగించవద్దు. వ్యవహారాల్లో ఏకాగ్రత అవసరం. తొందరపాటు నిర్ణయం తగదు.



మిథునం

మృగశిర 3,4; ఆర్ద్ర, పునర్వసు 1,2,3 పాదాలు

విమర్శలకు దీటుగా స్పందిస్తారు. సమర్థతకు గుర్తింపు లభిస్తుంది. కొన్ని పనులు అనుకోకుండా పూర్తవుతాయి. పదవులు, బాధ్యతలు స్వీకరిస్తారు. ఆదాయానికి లోటు ఉండదు. విలాస వస్తువులు, వాహనం అమర్చుకుంటారు. రశీదులు, పత్రాలు జాగ్రత్త. పెట్టుబడులు, పొదుపు పథకాలకు అనుకూలం. పెద్ద మొత్తంలో డబ్బు సహాయం, ప్రైవేటు సంస్థల్లో మదుపు క్షేమం కాదు.



ధనుస్సు

మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం

అన్ని రంగాల వారికి బాగుంటుంది. ఉత్సాహంగా పనులు పూర్తి చేస్తారు. యత్నాలు ఫలిస్తాయి. సంప్ర దింపులు, ఒప్పందాలకు అనుకూలం. ఖర్చులు విపరీతం. అవసరాలకు డబ్బు అందుతుంది. ఇతరుల ఆంతర్యం గ్రహించండి. ఎవరినీ నొప్పించవద్దు. ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ అవసరం. సొంత పరి జ్ఞానంతో మందులు వేసుకోవద్దు. పదవులు, సభ్యత్వాలు స్వీకరిస్తారు.



కర్కాటకం

పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష

శుభవార్తలు వింటారు. మీ కష్టం ఫలిస్తుంది. మానసికంగా కుదుటపడతారు. రావలసిన డబ్బు అందుతుంది. తాకట్టు విడిపించుకుంటారు. పనుల్లో ఒత్తిడి, జాప్యం అధికం. బంధువుల వ్యాఖ్యలు మనస్తాపం కలిగిస్తాయి. కొన్ని విషయాలు పెద్దగా పట్టించుకోవద్దు. పోగొట్టుకున్న పత్రాలు తిరిగి పొందుతారు. పెద్దమొత్తం సరుకు నిల్వలో జాగ్రత్త.



మకరం

ఉత్తరాషాఢ 2,3,4; శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1,2 పాదాలు

ఆదాయం సంతృప్తికరం. మొండి బాకీలు వసూలవు తాయి. అవసరాలు నెరవేరుతాయి. కుటుంబీకులతో ఉల్లాసంగా గడుపుతారు. ఇంట్లో సందడి నెలకొంటుంది. పిల్లల విషయంలో శుభపరిణామాలు సంభవం. పనుల ప్రారంభంలో ఆటంకాలు ఉంటాయి. శకునాల ప్రభావం అధికం. కొన్ని విషయాల్లో సర్దుకుపోవటం ఉత్తమం. ప్రయాణంలో జాగ్రత్త.



సింహం

మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం

కొన్ని అవకాశాలు అనుకోకుండా కలిసివస్తాయి. ఆదాయం బాగుంటుంది. పిల్లల కోసం బాగా వ్యయం చేస్తారు. అనవసర విషయాల జోలికి పోవద్దు. ఎదుటి వారి తీరును గమనించి మెలగండి. పర్మిట్లు, లైసెన్సుల రెన్యువల్‌లో అలక్ష్యం తగదు. వ్యవహారాలు స్వయంగా చూసుకోండి. పనులు వేగ వంతమవుతాయి. నిర్దిష్టమైన ప్రణాళికలు రూపొందించుకుంటారు.



కుంభం

ధనిష్ఠ 3,4; శతభిషం, పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పాదాలు

వాగ్ధాటితో ఎంతటివారినైనా ఆకట్టుకుంటారు. పరిస్థి తులు అనుకూలిస్తాయి. కొన్ని వివాదాల నుంచి బయట పడతారు. ఆందోళన కలిగించిన సమస్య తొలగుతుంది. అర్థాంతరంగా నిలిపివేసిన పనులు పూర్తి చేస్తారు. కష్టానికి తగిన ప్రతిఫలం అందుతుంది. కుటుంబ విషయాల పట్ల శ్రద్ధ అవసరం. ఏ విషయాన్నీ తేలిగ్గా తీసుకోవద్దు. ఒక సమాచారం ఆలోచింపచేస్తుంది.



కన్య

ఉత్తర 2,3,4; హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు

కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటారు. పరిచయాలు, వ్యాపకాలు విస్తరిస్తాయి. సంప్రదింపులు కొలిక్కి వస్తాయి. మీ అభిప్రాయాలకు స్పందన లభిస్తుంది. రావలసిన డబ్బులో కొంత అందుతుంది. సకాలంలో చెల్లింపులు జరుపుతారు. శనివారం నాడు లౌక్యంగా పనులు చక్కబెట్టుకోవాలి. ఆధిపత్యం ప్రదర్శించవద్దు. విలువైన వస్తువులు, పత్రాలు జాగ్రత్త.



మీనం

పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి

అప్రయత్నంగా అవకాశాలు కలిసివస్తాయి. పిల్లల భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచిస్తారు. పనులు సకాలంలో పూర్తవుతాయి. బంధుమిత్రులతో సత్సంబంధాలు నెలకొం టాయి. డబ్బుకి ఇబ్బంది ఉండదు. కొన్ని సమస్యల నుంచి బయటపడ తారు. ఇంట్లో ప్రశాంతత నెలకొంటుంది. మీ గౌరవానికి భంగం కలుగ కుండా జాగ్రత్త వహించండి. ఎవరినీ తక్కువ అంచనా వేయొద్దు.

అంగస్తంభన సమస్యకు ఆయుర్వేదమే బెస్ట్

డాక్టర్ ఎం. నరసింహ
ఎం.డి (ఆయుర్వేద), సెక్సాలజిస్ట్
యస్.బి. స్పెషాలిటీ క్లినిక్
అమీర్‌పేట్, హైదరాబాద్,
బ్రాంచీలు : విజయవాడ,తిరుపతి
ఫోన్స్ : 924656 4433,
939656 4433



పురుషుల్లో ఎక్కువ మందిని ఇబ్బంది పెడుతున్న సమస్య అంగస్తంభనం. దీనిని ఆయుర్వేదంలో నపుంసికత, క్లైబ్యంగా అని పేర్కొంటారు. శృంగారంలో పాల్గొన్నపుడు లేక హస్తప్రయోగం చేస్తున్నపుడు అంగం తగితనంతగా స్తంభించక పోవడం, లేక ఒక వేళ స్తంభించినా చివరి వరకు తగినంతగా స్తంభించి ఉండక పోవడాన్ని అంగస్తంభన సమస్యగా చెప్పవచ్చు. ఈ సమస్యతో బాధపడే వారిలో సెక్స్ కోరికలు మామూలుగానే ఉంటాయి. ఈ సమస్యతో బాధపడే వారు మానసిక ఒత్తిడికి లోనుకావడం, వారిలో ఆత్మవిశ్వాసం తగ్గడం వల్ల డిప్రెషన్‌తో బాధ పడుతుంటారు.

కారణాలు : అంగంలోనికి రక్తప్రసరణ జరగక పోవడం అన్నది అంగస్తంభన సమస్యకు ముఖ్యమైన కారణం. ఈ సమస్య శారీరక, మానసిక కారణాల వల్ల ఏర్పడుతుంది. వీటిలో కూడా 60 శాతం మందికి శారీరక కారణాలు 40 శాతం మానసిక కారణాలుగా చెప్పవచ్చు. మానసిక ఆందోళన, ఒత్తిడి, భయం, డిప్రెషన్, ఫెర్ఫామెన్స్ యాంగ్జైటీ మొదలగు మానసిక కారణాల వల్ల అంగస్తంభన సమస్య ఏర్పడుతుంది. డిప్రెషన్, ఫెర్ఫామెన్స్ యాంగ్జైటితో బాధపడుతున్న వారికి వారి సెక్స్ సామర్థ్యంపైన నమ్మకం లేనందున వారికి అంగస్తంభన సమస్య ఏర్పడుతుంది. మద్యం తీసుకోవడం, పొగతాగడం, గుట్కాలు నమలడం వల్ల కూడా ఈ సమస్య ఏర్పడుతుంది. హార్మోన్‌ల లోపాల వల్ల ముఖ్యంగా టెస్టోస్టిరాన్ హార్మోన్‌లోపం వల్ల అంగస్తంభన సమస్యకు దారితీస్తుంది. అధిక బరువు, కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉన్న వారిలో కూడా ఈ సమస్య రావచ్చు. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్థుల్లో ఎక్కువగా నాడులు, రక్తనాళాలు వికృతి చెందడం వల్ల అంగస్తంభన సమస్య ఎక్కువగా వచ్చే అవకాశముంది. నాడీ సంబంధ వ్యాధులు, సుఖవ్యాధులు, కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధుల వల్ల కూడా ఈ సమస్య ఏర్పడవచ్చు. ఎక్కువ కాలం ఇతర వ్యాధులకు వాడిన మందుల వల్ల కూడా ఒక శాతం మందిలో అంగస్తంభన సమస్య వచ్చే ప్రమాదముంది. అధిక రక్తపోటు, గుండెజబ్బులు, డిప్రెషన్,అల్సర్, కేన్సర్ సంబంధిత వ్యాధులకు నొప్పి, వాపు తగ్గించే మందుల వల్ల కూడా ఈ సమస్య ఏర్పడవచ్చు.

వ్యాధి నిర్ధారణ

నిపుణులైన ఆయుర్వేద వైద్యులను సంప్రదిస్తే, హార్మోన్‌ల పరీక్ష, పినైల్ డాప్లర్ వంటి పరీక్షలు చేయించి, వ్యాధిని నిర్ధారిస్తారు.

ఆయుర్వేద వాజీకరణ చికిత్స

అంగస్తంబన సమస్యకు ఆయుర్వేదంలో ఎన్నో రకాల మంచి మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఈ ఆయుర్వేద మందులు ఎలాంటి సైడ్ ఎఫెక్టులు లేకుండా సెక్స్ సమస్యలకు శాశ్వత పరిష్కారాన్ని ఇస్తాయి. ఆయుర్వేదంలో కొన్ని వేల సంవత్సరాల క్రితమే శృంగార సమస్యలు, సంతానలేమి సమస్యల కోసం ప్రత్యేకంగా ఒక విభాగాన్నే ఏర్పాటు చేశారు. ఆ ఆయుర్వేద విభాగానికి 'వాజీకరణ చికిత్స'గా పేర్కొన్నారు. వాజీకరణ ఔషధాలు వాడినట్లయితే పరుషుల్లో అంగస్తంభన సమస్యతో పాటు, శృంగార, సంతానలేమి సమస్యలు కూడా పూర్తిగా తొలగిపోతాయి.

మీ మోకాళ్లనొప్పులు మీ ఇష్టం.. అంతేనా?

డాక్టర్ టి. ఎల్. శ్రీనివాసరావు
సహజ ఆయుర్వేదిక్ హాస్పిటల్
అండ్ రీసెర్చ్ సెంటర్
హైదరాబాద్: మలక్‌పేట్ ,విజయనగర్‌కాలనీ
బ్రాంచీలు : హన్మకొండ, రాజమండ్రి విజయవాడ
అనంతపూర్, జోగిపేట్, తిరుపతి, నెల్లూరు
ఫోన్స్ : 9160994455, 9160994456



శరీరం ఎంత దృఢమైనదో... అంత సున్నితమైంది కూడా. ఆ దృఢత్వాన్నీ, సున్నితత్వాన్నీ నిలబెట్టుకోవడంలో మీరు ఏ మాత్రం శ్రద్ధ వహిస్తున్నారు? ఈ విషయంలో ఏ మాత్రం నిర్లక్ష్యం చేసినా, మొత్తం శరీర వ్యవస్థ అంతా కుప్ప కూలిపోతుంది. ఈ విషయంలో వ్యక్తిగత జాగ్రత్తల పరంగా ఎంత శ్రద్ధ వహించినా, బయటినుంచి వచ్చిపడే వాతావరణ కాలుష్యాలు, ఆహార పానీయాల్లోని విషపదార్థాల విషయంలో ఎవరికి వారుగా ఏం చేయగలరు? అదొక నిస్సహాయ పరిస్థితి. అందుకే నిస్సహాయంగానే మనం వాటికి బలి కావలసివస్తోంది. .

సంధివాతం చావు దెబ్బ

ఈ సంధి వాతం విషయానికొస్తే, చల సంధులనీ, స్థిర సంధి అనీ కీళ్లను రెండు భాగాలుగా విడదీయవచ్చు. కదిలే కీళ్లను చల సంధులనీ కదలని కీళ్లను స్థిర సంధులనీ అంటారు. సంధిగత వాతమనేది ఈ కదిలే చల సంధుల్లోనే వస్తుంది. చల సంధుల్లోనే కీళ్ల వాతం రావడానికి శరీర భాగాలన్నింటినీ ఆవరించుకుని, కొన్ని మెంబ్రేన్ పొరలు ఉంటాయి. వాటిలో శ్లేష్మధరా కల అనే ఒక పొర ఉంటుంది. దీన్నే సైనోవియల్ సైనోవియల్ మెంబ్రేన్ అంటారు. మొత్తంగా అష్టాధర కలలు అంటే ఎనిమిది పొరలు ఉంటాయి. ఈ సైనోవియల్ ఫ్లూయిడ్ కీళ్ల కదలడానికి తోడ్పడుతూ ఉంటుంది. కదిలే కీళ్ల సహజంగా శ్లేష్మము, సిరలు, కండరాలతో కూడుకుని ఉంటాయి. ఈ శ్లేష్మధరా కల ఎప్పుడైతే, వాత ప్రకోపంతో దూషింపబడినప్పుడు అది తన నార్మల్ కండీషన్‌ను కోల్పోయి కొన్ని సమస్యలు తలెత్తుతాయి. మౌలికంగా ఆమాశయ ధరా కల దూషితమైనప్పుడే శ్లేష్మధరా కల దూషితమవుతుంది. ఆమాశయ ధరాకల దూషితమైనప్పుడు శరీరంలో ఆమం ఏర్పడుతుంది. సంధివాతానికి ఆమమే ప్రధాన కారణం. ఆమం ఏర్పడటానికి జఠరాగ్ని క్షీణించడం ఒక ప్రధాన కారణం. జఠరాగ్ని కుంటుపడినప్పుడు అష్టాదర కలలు దెబ్బ తింటాయి. ఆ క్రమంలోనే శ్లేష్మాధర కల దెబ్బ తింటుది. అలా దెబ్బతిన్నప్పుడు దీనితో ముడివడిన కండరాలు, వాటి కదలికలు స్థంభించి వాటి మధ్య వాపు ఏర్పడుతుంది. అప్పుడే కీళ్లల్లో నొప్పి ఏర్పడుతుంది. కీళ్లల్లో వాపు, నొప్పి ఉన్నప్పుడే ఆర్థరైటిస్ అంటారు.

ఆయుర్వేద చికిత్స

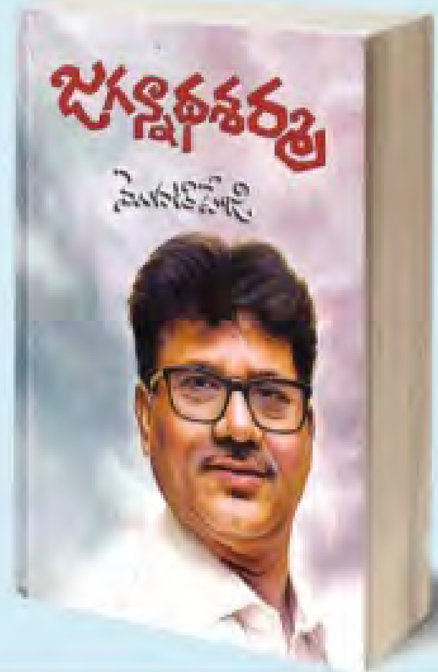
సంధివాతానికి వాత హర చికిత్సలు చేయడం ద్వారా, అరిగిపోయిన భాగాన్ని తిరిగి వృద్ధి చేయడం సాధ్యమవుతుంది. కొన్ని ప్రత్యేకమైన ఔషధ యుక్త తైలాలతో, మోకాళ్లకు జానువస్తి చికిత్స చేస్తున్నాం. దీనివల్ల అరిగిపోయిన భాగాల్లో పోషమైన వృద్ధి ఏర్పడుతుంది. ఈ తైలాల ద్వారా, కొన్ని రకాల మాత్రల ద్వారా అరిగిపోయిన కార్టిలేజ్‌ను తిరిగి ఉద్ధరించే అవకాశం ఏర్పడుతుంది. వాస్తవానికి కార్టిలేజ్‌ను పునరుద్ధరించే శక్తి ఆయుర్వేద తైలాలకు మాత్రమే ఉంది. జానువస్తి చికిత్సలు ఎవరైనా చేయవచ్చు. కానీ ఆ సమయంలో కీళ్లలోకి పంపించే తైలం పాత్రే ఇక్కడ కీలకం. వ్యాధి మూలాలు, కిత్సా వి శేషాల గురించిన తెలిసిన అపార అనుభవం మీ మోకాళ్ల నొప్పుల సమస్యనుంచి శాశ్వతంగా విముక్తం చేస్తుంది.

ఒక ఆశ... ఒక ఓదార్పు !

జన హితాన్ని కోరేది సాహిత్యమైతే 'మొదటి పేజీ' రమారమి అలాంటిదే. ఇవి చిట్టి కథల్ని ఇముడ్చుకున్న సంపాదకీయ వ్యాసాలు. ప్రతి పేజీ రసాత్మకం, రమణీయ శబ్దాల సమ్మేళనం. ఇవన్నీ నవ్య వీక్లీలో ఎ.ఎన్. జగన్నాథశర్మ రాసిన సంపాదకీయాలు. 'మొదటి పేజీ' చదివాకే మిగతా పేజీల్లోకి చూపు సారించాలన్నంతగా పేరు తెచ్చుకున్న శీర్షిక ఇది. ఒక్కో వారం ఒక్కో వస్తువు మనల్ని పలకరిస్తుంది. తీసుకున్న వస్తువే కాదు చెప్పే తీరూ రమ్యమే. గుండెలో నిజాయితీ, మనుషులపై దయ ఉన్నవాళ్లే ఇలాంటి రచనలు చేయగలుగుతారు. సంప్రదాయాల్ని వర్తమాన పరిస్థితులకు అనుగుణంగా మలుస్తూ, ఎదురైన అనుభవాలకు విజ్ఞతతో ఒక రూపం కల్పించారు. అమ్మలోని లాలిత్యం, నాన్నలోని భరోసా కలిస్తే ఎలా ఉంటుందో.. అలా ఉంటుంది ఒక్కో పేజీ. నిరాశ, నిరాసక్తతలో మునిగిన వాడికి ఆశను, దిగులుతో ఉన్నవాడికి ఓదార్పును ఇచ్చే రచనలివి. కొన్ని పేజీలు దిశానిర్దేశం చేస్తే, కొన్ని కనువిప్పు కలిగిస్తాయి. ఇంకొన్ని ఆలోచింపజేస్తాయి. అనుబంధాల, ఆత్మీయతల విలువను ఇవి మరోసారి గుర్తు చేస్తాయి. జగన్నాథశర్మ రచనా కౌశలం గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. 'మొదటి పేజీ' ఒకసారి చదివి పక్కనపెట్టే పుస్తకం కాదు. దైనందిన జీవితంలో ఈ పేజీకి చోటిస్తే జరిగే మేలు వేరు.

- యజ్ఞమూర్తి

మొదటి పేజీ
జగన్నాథశర్మ
పేజీలు: 372,
వెల: రూ. 300
ప్రతులకు:
విశాలాంధ్ర,
నవచేతన



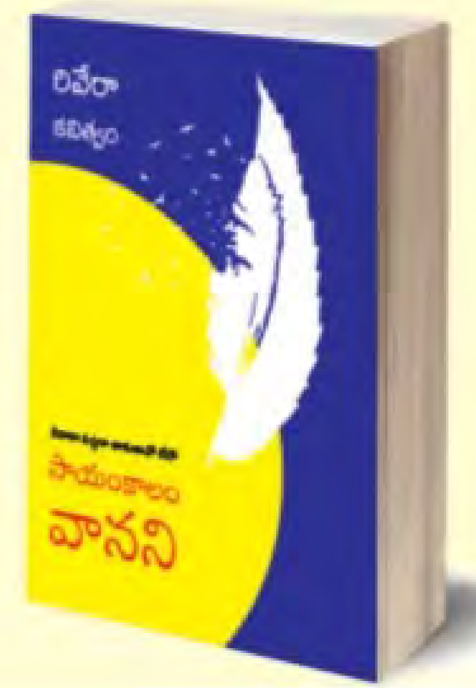
కొత్త పుస్తకాలు

చెక్కిన, చిక్కని కవిత్వం

విప్లవ కవుల కోవలో రివేరా గొంతు విలక్షణం. కవితా వస్తువుని ఎంచుకోవడం నుంచి, దాన్ని కవిత్వీకరించే వరకూ ఎంతో ఒబ్బిడితనం పాటిస్తాడు. ఈ సుగుణమే మిగతావారి నుంచి అతన్ని ప్రత్యేకంగా నిలుపుతుంది. రాజ్యంపై దండెత్తే కవికి కవిత్వమే సపరివారం. దాన్ని కాపాడుకోకపోతే లేదా పలుచన చేసుకుంటే నష్టపోయేది కవి మాత్రమే. ఈ ఎరుక తెలిసిన కవి గనుకనే రివేరా ఈ పుస్తకంలో ప్రతి కవితనీ ఎంతో సాధనతో, శిల్పంతో, భావంతో, భాషతో పదునెక్కించాడు. ఆయన కవిత్వం తేలికగా పట్టుబడదు. బుర్రకి కసరత్తు పెడుతుంది. పురుగులా లోనికి ప్రవేశించి తొలిచేస్తుంది. "చనిపోతున్న ప్రపంచానికీ/ చలిస్తున్న ప్రపంచానికీ మధ్య/ చిక్కుకుపోయిన సీతాకోక రెక్క"లు రివేరా కవిత్వంలో కోకొల్లలు. "ఏ అపరాత్రో నీతో పరిచయం అవుతుండగానే/ రేయి తొలికి తెల్లారయిపోవడం అస్సలు బాలేదు" అంటాడో కవితలో. చెప్పడం కాదు కానీ... కవిత్వానికి అవసరమైన వెంటాడే స్వభావం మెండుగా ఉంది ఈ కవితల్లో. నందిగం కృష్ణారావు అన్నట్టుగా "ఇది గతం నుంచి వర్తమానం నుంచి భవిష్యత్తులోకి ప్రయాణిస్తున్న ఒక కాందిశీకుడి అంతర్ బహిర్ ఘర్షణ!"

- రమేష్‌బాబు

నీ దాకా వచ్చినా తాకుతావో లేదో
సాయంకాలం వానని
రివేరా
పేజీలు: 60, **వెల:** రూ.30
ప్రతులకు: రచయిత పేర, సీ బ్లాక్- 215, జనప్రియ అపార్ట్‌మెంట్స్, అడిక్‌మెట్, విద్యానగర్, హైదరాబాద్- 500020



హేతువాద యాత్రా కథనం

జమ్మూ కాశ్మీర్ యాత్రా విశేషాలను వివరించే ఈ పుస్తకంలో మామూలు విహారయాత్రా కథనాలలో ఉండే సౌందర్యాత్మకత, విశ్వాసాలు వంటివి కనిపించవు. ఆ స్థానంలో హేతువు, వాస్తవికత దర్శనమిస్తాయి. ఈ పుస్తకం పాఠకులకు ఒక టూరిస్ట్‌గైడ్‌లా ఉపయోగపడుతుంది. ఆధునిక యాత్రికుల అవసరాలకు చక్కగా పనికి వస్తుంది. చారిత్రక, రాజకీయ, హేతువాద విశ్లేషణలతో కొనసాగే ఈ రచన చదువుతూంటే ప్రాథమికమైన యాత్రా కథనమనే మాటను పాఠకులు మరిచిపోయేంత గొప్పగా రాశారు.

- డా. డి. లెనిన్

మా కాశ్మీర యాత్ర, ముత్తేవి రవీంద్రనాథ్
పేజీలు : 216, **వెల :** రూ.250
ప్రతులకు : నవోదయ, విశాలాంధ్ర



ఇవీ వచ్చాయి

రావిపూడి వెంకటాద్రి రచనలు - హేతువాద మానవవాదాలు
రచన : డా. గుమ్మా వీరన్న
పేజీలు : 438, **వెల :** రూ.300
ప్రతులకు : 98666 81927

అంకురం (బౌద్ధ వ్యాసాల సమాహారం)
రచన : బొర్రా గోవర్ధన్
పేజీలు : 112, **వెల :** రూ.80
ప్రతులకు : 040-27635654

మాలవారి చరిత్ర
రచన : భూతం ముత్యాలు
పేజీలు : 48, **వెల :** రూ.30

చిన్నోడా !
రచన : పూర్ణిమా సిరి
పేజీలు : 116, **వెల :** రూ.60

మెరుగైన జీవితం
రచన : కడియాల సురేష్ కుమార్
పేజీలు : 174, **వెల :** రూ.110
ప్రతులకు : ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు

చిటిక కోలా దండోర
(వర్గీకరణ ఉద్యమ దీర్ఘ కవిత)
రచన : డప్పోల్ల రమేష్
పేజీలు : 72, **వెల :** రూ.75,
ప్రతులకు : 95509 23323

నదీ రోదన (కవితా సంపుటి)
రచన : కె. ప్రభాకర్
పేజీలు : 126, **వెల :** రూ.100
ప్రతులకు : ఎం. ప్రభాకర్‌రెడ్డి, చిత్రపురి హిల్స్, హెచ్ఐజి బ్లాక్-1, ఇం.నెం. 104, ఖాజాగూడ, హైదరాబాద్-500104.

మన కోసం - మన వైద్యం
రచన : డా. చిట్టిబొట్ల మధుసూదన శర్మ
పేజీలు : 256, **వెల :** రూ.150
ప్రతులకు : 0866-2436643

శాంతిగర్భ (గేయకావ్యం)
రచన : ఆచార్య అనుమాండ్ల భూమయ్య
పేజీలు : 94, **వెల :** రూ.50, **ప్రతులకు :** 040-24652387

హెపటైటిస్‌ను అడ్డుకోవడం సాధ్యమే

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ లెక్కల ప్రకారం ప్రతి ఏటా 6 నుంచి 10 లక్షల మంది హెపటైటిస్ బి, సి వ్యాధుల వల్ల మృత్యువాత పడుతున్నారు. హె పటైటిస్ బి, సి వ్యాధులు చాలా ప్రమాదకరమైనవి. ఇవి ఎప్పుడైతే కాలేయంపై దాడి చేస్తాయో అప్పుడు తీవ్ర పరిణామాలు ఎదుర్కోవలసి వస్తుంది. అంతవరకు ఈ వ్యాధులు సోకాయో లేదో అన్న విషయం రోగికి కూడా తెలియదు. రక్తపరీక్ష చేసినపుడో లేదా శస్త్ర చికిత్స చేసే ముందో ఈ వ్యాధులు సోకినట్లు హఠాత్తుగా బయటపడుతుంది.

లక్షణాలు : హెపటైటిస్ బి వ్యాధి బయటపడటం చాలా ఆలస్యంగా జరుగుతుంది. కొన్ని సందర్భాలలో సంవత్సరాల తర్వాత కూడా వ్యాధి బయటపడవచ్చు. వాంతి వచ్చినట్లుగా వికారంగా ఉండటం, వాంతులు రావడం. ఆకలి వేయక పోవడం, ఆహారం సహించకపోవడం. మూత్రం పసుపు రంగుతో, కళ్లు పచ్చగా ఉండటం ఉండటం.స్వల్పంగా జ్వరం, వొళ్లు నొప్పులు ఉండటం.తాలింపు వేసినప్పుడు వాంతి వచ్చినట్లు గా ఉంటుంది. అయితే దీన్ని బట్టి కామెర్లు అని మాత్రం భావించకూడదు. ఆర్టరీస్ వాచిపోవడం, కిడ్నీకి సంబంధించిన సమస్యలు, ప్లేట్‌లె ట్స్ కౌంట్ పడిపోవడం, రక్తకణాల సంఖ్య క్రమంగా పడిపోవడం జరుగు తుంది. కొన్ని సార్లు లివర్ కేన్సర్‌కు కూడా దారితీస్తుంది.

హోమియో చికిత్స : హెపటైటిస్ బి, సి వైరస్‌లు కాలేయంలో మల్టిపుల్ అయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీన్ని రెప్లికేషన్ అంటారు. ఈ రెప్లికేషన్ అయ్యే పద్ధతిని హోమియోమందుల ద్వారా అడ్డుకోవచ్చు. పెరిగిన వైరల్ లోడ్‌ను మన రోగనిరోధక వ్యవస్థ ద్వారా సమర్థంగా అడ్డుకోవడంలో సహకరిస్తుంది.

హెర్పిస్ మళ్లీ తిరిగి రాదు

లైంగిక వ్యాధులను దాయడం, చికిత్సకు దూరంగా ఉండిపోవడం వల్ల జరిగే నష్టం అంతా ఇంతా కాదు. దాంపత్యజీవితంపై దాని ప్రభావం పడటమే కాకుండా మానసికంగా కోలుకోలేని విధంగా చేస్తుంది. అటువంటి వాటి లైంగిక వ్యాధుల్లో ముఖ్యమైనది హెర్పిస్. చాలా మంది ఈ వ్యాధి గురించి చెప్పుకోవడానికి వెనకంజ వేస్తారు. ఈ వ్యాధికి పూర్తికాలం చికిత్స తీసుకోకపోతే మళ్లీ తిరగబెడుతుంది. ఇతర చికిత్సలతో పెద్దగా ప్రయోజనం కూడా ఉండదు. అయితే హోమియో చికిత్స మాత్రం హెర్పిస్‌ను సమూలంగా దూరం చేసి సుఖమయ జీవితాన్ని తిరిగి అందిస్తుంది. పురుషాంగంపైన చెమట పొక్కుల మాదిరిగా నీటి పొక్కులు కనిపిస్తాయి. నీటిపొక్కులు ఎర్రగా ఉండి దురద ఉంటుంది. నీటిపొక్కులు పగిలి ఎర్రగా పుండు పడుతుంది. ఇటువంటి సమయంలో తగు చికిత్స తీసుకోకపోతే ఇతరులకు సోకే ప్రమాదం ఉంది. లైంగిక కలయిక ద్వారా సంక్రమించే ఈ వ్యాధిని హెర్పిస్ అని అంటారు. లైంగిక కలయిక ద్వారా వచ్చే హెర్పిస్ వ్యాధి తగ్గినట్లే తగ్గి రోగనిరోధక శక్తి తగ్గినపుడు మళ్లీ కనిపించవచ్చు. స్త్రీలలో కూడా యోని మీద చిన్న చిన్న పొక్కులలాగా వచ్చి ఎర్రగా మారి విపరీతమైన నొప్పి రావడానికి ఆస్కారం ఉంటుంది.

హోమియో చికిత్స

హెర్పిస్ సింప్లెక్స్ వంటి లైంగిక వ్యాధుల నివారణకు హోమియో చికిత్స అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. హోమియో చికిత్స మూలకారణాన్ని తొలగించే విధంగా ఉంటుంది. సాధారణంగా హెర్పిస్ తగ్గినట్టే తగ్గి మళ్లీ వస్తుంది. అయితే హోమియో చికిత్స అనంతరం వ్యాధి మళ్లీ తిరగబెట్టడం ఉండదు.

ఎయిడ్స్‌ను అణిచే వైద్యం

హెచ్ఐవి పేరు వింటనే తెలియని భయం. ఎందుకంటే చికిత్స లేని వ్యాధి అది. నిజమే. కానీ ఇప్పుడు అద్భుతమైన మందులు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. వైరస్ పూర్తిగా శరీరంలో నుంచి తొలగిపోకపోయినా ఆ వైరస్ ఎటువంటి ప్రభావం చూపకుండా చేసే హోమియో మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. హెచ్ఐవి అంటే రోగనిరోధక వ్యవస్థను దెబ్బతీయడం ద్వారా అవకాశవాద వ్యాధులు వచ్చేలా చేస్తుంది. అంటే చిన్న వాతావరణ మార్పులకే జలుబు చేయడం, జ్వరం రావడం, టీబీ సోకడం, విరేచనాలు కావడం జరుగుతుంది. ఫలితంగా మృత్యువు చేరువవుతుంది. అంటే రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలహీనపడితే వ్యాధులు వచ్చిపడతాయి. బలంగా ఉంటే హెచ్ఐవి ఏమీ చేయలేదు. సరిగ్గా హోమియో చికిత్స రోగనిరోధక వ్యవస్థను శక్తివంతం చేయడం పైనే దృష్టి పెడుతుంది.

లక్షణాలు కనిపించడానికి : హెచ్ఐవి శరీరంలోకి ప్రవేశించగానే ఎటువంటి మార్పులు కనిపించవు. కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత వ్యాధికి సంబంధించిన లక్షణాలు ప్రారంభవవుతాయి. అంటే సీడీ 4 కణాల సంఖ్య తగ్గిపోయిన తరువాత వ్యాధి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

హోమియో చికిత్స

హోమియో మందుల వల్ల రోగనిరోధకవ్యవస్థ తిరిగి బలపడుతుంది. సీడీ 4 కణాల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతుంది. అవకాశవాద ఇన్‌ఫెక్షన్లకు చోటు లేకుండా పోతుంది. ఆకలి బాగా పెరగడంతో బరువు పెరగడం ప్రారంభిస్తారు. హోమియో చికిత్స తీసుకోవడం ద్వారా అందరిలాగే సాధారణ జీవితం గడిపే అవకాశం లభిస్తుంది. హోమియో మందులు సక్రమంగా తీసుకుంటే హెచ్ఐవి ఎప్పటికీ ఎయిడ్స్‌గా మారదు.

శృంగారంలో విఫలమవుతున్నారా?

శీఘ్రస్ఖలనం : పురుషులు ఎదుర్కొనే సమస్యలలో అతి ముఖ్యమైనది శీఘ్రస్ఖలన సమస్య. ఇది మానసికంగా కుంగదీస్తుంది. శృంగారంలో ఆనందం అంచులు చూడకముందే స్ఖలనం జరగడం అనేది చాలా మంది పురుషుల్లో కనిపిస్తుంది. ఎక్కువ మంది రెండు నిమిషాలలో స్ఖలనం జరిగిపోతోందని చెబుతుంటారు. ఈ సమస్య చాలా మంది దంపతుల మధ్య అగాధాన్ని, ఆందోళనలను పెంచుతుంది.

అంగస్తంభన సమస్య : పడకగదిలో ప్రవేశించగానే తెలియని భయం. ఈ రోజు కూడా విఫలమవుతానేమోనన్న ఆందోళన, వెరసి శృంగారం జీవితంలో అసంతృప్తి. పెళ్లయిన మూడు రోజులకే విడిపోయే పరిస్థితి. భార్యను సుఖపెట్టలేకపోతున్నానని తన మీద తనకే అసహ్యం. ఈ పరిస్థితి చాలా మంది శృంగార జీవితాల్లో కనిపిస్తుంది. అయితే ఇలాంటి సమస్యలన్నీ హోమియో చికిత్సతో దూరమవుతాయి.

నపుంసకత్వం : శృంగారానికి తగినంత విధంగా అంగం స్తంభించకపోవడం లేదా స్తంభించినా మధ్యలో మెత్తబడటం జరుగుతుంటుంది. దీనినే ఇంపోటెన్సీ అంటారు. ఎప్పుడైనా ఒకటి రెండు సార్లు ఈ సమస్య ఎదురయితే సీరియస్‌గా తీసుకోవలసిన అవసరం లేదు. శృంగార జీవితంలో 50 శాతం పైగా ఇలాంటి ఇబ్బందులు ఏర్పడినపుడు సమస్య ఉందని భావించాలి.

హోమియో చికిత్స : మూలకారణాన్ని తెలుసుకుని చికిత్స ఇస్తే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. మానసిక కారణాలున్నాయా? శారీరక కారణాలున్నాయా? ముందుగా తెలుసుకోవాలి. కారణమేదైనా హోమియో మందులు సమస్యను తొలగించి శృంగార జీవితం సాఫీగా జరిగేలా చేస్తాయి. బాధపడుతూ కూర్చోకుండా హోమియో వైద్యులను కలిసి చికిత్స తీసుకుంటే ఫలితం ఉంటుంది.

బేతాళ ప్రశ్న - 31



వనజ, తన కూతురి కంటే వయసులో ఐదు రెట్లు పెద్దది. 15 ఏళ్లు గడిచిన తర్వాత ఆమె, తన కూతురి కంటే వయసులో రెట్టింపు మాత్రమే పెద్దది. అదెలా సాధ్యమయింది! ప్రస్తుతం వారి వయసు ఎంత?

మీ దగ్గర ఇలాంటి బేతాళ ప్రశ్నలు ఉంటే జవాబుతో పాటు మా ఈమెయిల్ kerintha.aj@gmail.comకు పంపించగలరు

గతవారం సమాధానం:

17 గుర్రాలను ముగ్గురికి 1/2, 1/3, 1/6 నిష్పత్తిలో పంచడానికి రాదు. కాబట్టి వారు ముగ్గురూ కలిసి మరో గుర్రాన్ని కొని, వీటితో కలిపితే మొత్తం 18 గుర్రాలు అవుతాయి. అందులో సగం అంటే 9 గుర్రాలు మొదటి కుమారుడికి ఇచ్చి, రెండో కుమారుడికి 1/3 శాతం అంటే ఆరు గుర్రాలు ఇవ్వాలి. ఇక మిగిలిన మూడు గుర్రాలు చిన్న కుమారుడికి చెందుతాయి.

బేతాళ ప్రశ్న- 29కు సరైన సమాధానం చెప్పిన మొదటి ముగ్గురు:

వి. వైష్ణవి, మలక్‌పేట్
జైన వికాస్, ఈమెయిల్
కదిరిచేని చంద్రశేఖర్, ఈమెయిల్

గత వారం జవాబులు

1 సి	రి	2 యా	*	3 ఈ	ర్ష్య	*	4 అ	5 ల	6 వా	టు
తా	*	7 మి	థి	ల	*	*	8 మూ	పు	రం	*
9 ర	10 జ	ని	*	*	11 చా	ప	ల్యం	*	*	12 మై
*	గ	*	13 ప	14 రు	వు	*	*	15 గా	య	త్రి
16 పిం	డం	*	17 ర	బీ	*	18 అ	19 పా	యం	*	*
డె	*	20 సా	దా	*	21 ఒ	డ	లు	*	22 మో	వి
*	23 వ	రం	*	24 భై	ర	వి	*	25 దే	హం	*
*	26 యో	గి	*	ర	*	27 లో	28 కు	వ	*	29 వీ
30 అ	జ	*	31 కా	వ	32 డి	*	33 బే	తా	ళు	డు
34 వ	న	35 ప	ర్తి	*	36 బా	బ	రు	*	*	కో
ని	*	బ్బం	*	37 ఘ	ర్	*	38 డు	ము	వు	లు

పూరణం నిర్వహణ : గొరుసు

*	1	2		3	*	4		*	5	6
7			*	8	9		*	10		
	*	*	11			*	12		*	
*	13	14			*	15			*	
*	*	16		*	17			*	18	
19	20	*	21	22			*	23		
24		25	*	26		*	27			*
*	28			*	*	29			*	30
31			*	32				*	33	
	*	34	35		*		*	36		
37		*		*	38				*	*

అడ్డం

1. ఉత్సుకత వంటిదే (4)
4. తినే ఆహారంలో ఈ పదార్థం ఉండాలంటారు డాక్టర్లు (2)
5. వెనకనుండి వచ్చిన బామ్మ (2)
7. సంస్కృత పులి (3)
8. ఒకరకం కంపు (3)
10. చెట్టు తోలు (3)
11. ఒక తెలుగు మాసం (3)
12. ఛాయ (2)
13. కణ్వ మహాముని పెంపుడు పుత్రిక (4)
15. నాయకులకు ఇది చల్లుకోవడం అలవాటే (3)
16. నిర్బంధం (2)
17. సందర్భాన్ని బట్టి చిరునామా/ వయ్యారం (3)
18. ఏది ముదిరితే ఊసరవెల్లి? (2)
19. కరిగించిన లోహాల్ని పోసే పాత్ర (2)
21. ఒక రాగం పేరుతో సంగీత దర్శకుడు - అట్నుంచి (4)
23. పుస్తకాలను తినే పురుగులు (3)
24. వెనకనుండి వచ్చిన గౌతమపత్ని (3)
26. మోక్షం (2)
27. జలపుష్పం వంటి చర్మరోగం (3)
28. నెల్లూరులోని ఒక మండలం (3)
29. వాజమ్మ (3)
31. అదుపుతప్పిన ఆధారం (3)
32. పరిహాసం (4)
33. పడవ (2)
34. అరవై సెకన్ల కాలం (3)
36. పొడవైన మెడగల జంతువు (3)
37. విక్రమార్కుడి మంత్రి (2)
38. శ్రీకాకుళంలోని ఒక వలస (4)

నిలువు

1. ఒక భారతీయ భాష (2)
2. సత్తువ (2)
3. నాణేల ముద్రణాలయం (4)
4. మొహర్రం రోజు ఊరేగింపబడే ప్రతిమ (2)
5. ఉప్మాలో ఇదే కీలకం - కింద నుండి (2)
6. కాలిగుర్తులు - ఒకప్పటి ఎన్.టి.ఆర్. సినిమా కూడా (6)
7. మునులకు కోపం వస్తే ఏం పెడతారు? (2)
9. వాడుకలో వదనం (2)
10. ముప్పు వంటిది (3)
11. నరకంలోని నిప్పుల ఏరు - ఇది దాటితేగాని స్వర్గం ప్రాప్తించదట! (4)
12. నిస్సత్తువ (3)
14. చిత్రకారుడి ఆయుధం (2)
15. ఒక నాసికాభరణం (3)
17. రక్తితో అంతమైన వైరాగ్యం (3)
18. వేగిరపాటు (3)
19. సున్నా లుప్తంతో వెల (2)
20. (పరస్పర) సహాయం (4)
22. వంట దినుసు / గడ్డి కుప్ప (2)
23. వాడుకలో స్వేదం (3)
25. పృచ్ఛకుల ప్రశ్నలకు బదులిచ్చేవాడు (4)
27. జపమాల (3)
29. వెన్నెల కోసం ఎదురుచూసే పక్షి (4)
30. తిరగబడ్డ ఆంగ్ల జ్వరం (3)
31. తెలుగువారికి ఈ శూరత్వం మెండట! (3)
32. వాలకం (2)
33. పల్టీ కొట్టిన 'భల్లాలదేవ' (2)
35. వడ్డీతో వచ్చిన చావు (2)
36. జిలకరలోని దురద (2)



ప్రేమగా ఓ వంతెన!

వేగంగా వాహనాలు దూసుకెళ్లే జాతీయ రహదారులను దాటాలంటే ఎంతటి వారికైనా కూసింత భయం వేయడం మామూలే. అలాంటిది అడవిలో ఉండే జంతువుల పరిస్థితి ఏంటి? అందుకే ప్రత్యేకంగా జంతువుల కోసమే కొన్ని దేశాల్లో 'యానిమల్ క్రాసింగ్' వంతెనలు నిర్మించారు. కెనడా, నెదర్లాండ్స్, సింగపూర్, జర్మనీ దేశాల్లోని అడవుల గుండా వెళ్లే రహదారులపై ప్రత్యేకంగా జంతువులు రోడ్డు దాటడానికి నిర్మించిన వంతెనలు కనిపిస్తాయి. వాషింగ్టన్‌లో ఉడతల కోసం, విక్టోరియాలో పక్షుల కోసం, కెనడాలో ఎలుగుబంట్ల కోసం సొరంగాలు నిర్మిస్తే, పీతల కోసం క్రిస్టమస్ ఐలాండ్‌లో రోడ్డు క్రాసింగ్ వంతెన నిర్మించారు. కెన్యాలో ఏనుగులకు ప్రత్యేక మార్గాలు ఏర్పాటు చేస్తే... జపాన్‌లో తాబేళ్ల కోసం రైలు పట్టాల కిందే స్పెషల్ రూటేశారు.







కొస మెరుపు







www.mohanpublications.com

మోహన్ పబ్లికేషన్స్‌లో లభించు పుస్తకముల పట్టిక

(Book List)

ఆధ్యాత్మిక, జ్యోతిష, వాస్తు, ఆయుర్వేద, మంత్రశాస్త్రాది అనేక విషయాలు తెలుసుకోండి...

ఫేస్‌బుక్ **మోహన్ పబ్లికేషన్స్** పేజ్ లైక్ చేయండి.

Like us to follow :



MOHAN PUBLICATIONS

Rajamahendravaram

మావద్ద లభించు గ్రంథములు

1. వ్రతకథలు - పూజలు

1.	శ్రీ వినాయక వ్రతం	వెల రూ.10-00
2.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజా-పుణ్యాహవాచనం	30-00
3.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజ (కాణిపాకక్షేత్రమాహాత్మ్యంతో)	10-00
4.	సంకష్టహరచతుర్థి శ్రీమహాగణపతి వ్రతం	30-00
5.	వరలక్ష్మీ వ్రతం	10-00
6.	కేదారేశ్వర వ్రతం	10-00
7.	త్రినాధ వ్రతం(కలర్)	10-00
8.	త్రినాధవ్రతం(సాదా)	5-00
9.	క్షీరాబ్ధి వ్రతం	12-00
10.	మంగళ గౌరీవ్రతం	10-00
11.	వైభవలక్ష్మీ వ్రతం ఫోటో యంత్రంతో	25-00
12.	శ్రీలక్ష్మీ కుబేర వ్రతం (ఫోటో యంత్రంతో)	25-00
13.	కనకమహాలక్ష్మీ వ్రతం (కామేశ్వరీపాటతో)	25-00
14.	సంతోషీమాతా వ్రతం	25-00
15.	ఏడు శనివారాల వ్రతం	25-00
16.	సత్యనారాయణవ్రతం	25-00
17.	శ్రీ సువర్చలాహనుమద్దీక్ష	30-00
18.	శివదీక్ష	10-00
19.	కాత్యాయనీ వ్రతం	20-00
20.	సౌభాగ్య గౌరీవ్రతం	20-00
21.	తిరుప్పావై (ధనుర్మాసవ్రతం)	36-00
22.	స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
23.	స్త్రీలవ్రతకథలుస్థూలాక్షరి (నేదునూరిగంగాధరరావుగారి)	54-00
24.	పెళ్ళి పాటలు - స్త్రీలపాటలు (కామేశ్వరిపాటతో)	36-00
25.	సర్వదేవతా పూజావిధానం	25-00
26.	ఆరువ్రతాలు	30-00
27.	రాహుకాలంలోదుర్గాదేవీపూజా	10-00

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

28.	తులసి నిత్యపూజ, తులసీఉపయోగాలు	10-00
29.	శ్రీ చక్ర రహస్య విజ్ఞానమ్	36-00
30.	శ్రీచక్ర పూజావిధానం(పెద్దది)	36-00
31.	లక్ష్మి - గౌరీ నిత్యపూజ	10-00
32.	శ్రీ సరస్వతీ నిత్యపూజ	10-00
33.	శ్రీ దుర్గానిత్యపూజ	10-00
34.	కాలభైరవ నిత్యపూజ	10-00
35.	శివపూజ	10-00
36.	వీరభద్ర పూజ	10-00
37.	ఆంజనేయ నిత్యపూజ	10-00
38.	నాగేంద్ర స్వామి పూజ	10-00
39.	సుబ్రహ్మణ్య నిత్యపూజ	10-00
40.	రామదేవుని కథ	10-00
41.	శివదేవుని కథ	10-00
42.	లక్ష్మీనరసింహపూజ	10-00
43.	వేంకటేశ్వరపూజ	10-00
44.	బ్రహ్మంగారి నిత్యపూజ	10-00
45.	సూర్య నిత్యపూజ	10-00
46.	నవగ్రహ నిత్యపూజ	10-00
47.	రుక్మిణీ కల్యాణం	25-00
48.	ఉమామహేశ్వర వ్రతం	36-00
49.	శ్రీ కామేశ్వరీ వ్రతం	36-00
50.	16 సోమవారముల వ్రతము	25-00
51.	పార్వతీకల్యాణం	25-00
52.	సహస్రకమలవర్తి వ్రతము	25-00
53.	పంచముఖ ఆంజనేయ పూజావిధానము	36-00
54.	అష్టనాగపూజ	36-00
55.	పూజలు ఎందుకుచేయాలి ?	36-00
56.	ఏ దేవునికి ఏపుష్పాలతో పూజించాలి?	36-00
57.	ఏ దేవునికి ఏప్రసాదం నైవేద్యం పెట్టాలి?	36-00
58.	ఏదేవునికి ఏవిధముగాదీపారాధనచెయ్యాలి?	36-00
59.	ఏదేవునికి ఎన్ని ప్రదక్షిణలుచేయాలి ?	36-00
60.	హనుమద్ వ్రతం	36-00
61.	పంచాయతన పూజ	63-00
62.	28 వ్రతములు	120-00

63.	కలశపూజలు (9ఒకేసారి)	150-00
64.	కలశపూజలు (విడివిడిగా) (ప్రింటులో)	....
65.	హ్రీంకార మహాయజ్ఞం (ప్రింటులో)	....
66.	గోమాత	40-00

2. స్తోత్రాలు-సుప్రభాతములు సహస్రనామములు

1.	శ్రీ లలితా విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు పురాణపండ రాధాకృష్ణమూర్తిగారి సంకలనం	45-00
2.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (హిందీ) ,,	50-00
3.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (ఇంగ్లీషు) ,,	50-00
4.	స్థూలాక్షరిలలితావిష్ణుసహస్రనామస్తోత్రములు(పత్రికసైజ్)	99-00
5.	లలితావిష్ణు (కేస్ బైండ్) 1/8 డెమ్మీ	63-00
6.	స్థూలాక్షరీ లలితావిష్ణు (క్రౌన్‌సైజు)కేస్‌బైండ్	108-00
7.	సర్వదేవతా స్తోత్రమంజరి	120-00
8.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళిః (63)	24-00
9.	విష్ణుసహస్రనామస్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	25-00
10.	లలితా సహస్రనామ స్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	36-00
11.	లలితా సహస్రనామములు	24-00
12.	లక్ష్మీ సహస్రనామములు	24-00
13.	దుర్గా సహస్రనామములు	24-00
14.	ఆంజనేయ సహస్రనామములు	24-00
15.	శివ సహస్రనామములు	24-00
16.	విష్ణు సహస్రనామములు	24-00
17.	గణపతి సహస్రనామములు	24-00
18.	సుబ్రహ్మణ్య సహస్రనామములు	24-00
19.	గాయత్రి సహస్రనామములు	24-00
20.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు	24-00
21.	శ్రీరామా సహస్రనామములు	24-00
22.	సరస్వతి సహస్రనామములు	24-00
23.	సూర్యసహస్రనామములు & ఆదిత్యహృదయం	24-00
24.	శ్రీవేంకటేశ్వరసహస్రనామములు	24-00
25.	మణిద్వీపవర్ణన (పెద్దది)	24-00
26.	సంధ్యావందనం	24-00
27.	మంత్రపుష్పమ్	....
28.	త్రిభాషా హనుమాన్‌చాలీసా	15-00
29.	హనుమాన్ చాలీసా	10-00

30.	మణిద్వీపవర్ణన (పాకెట్)	10-00
31.	ఆరు చాలీసాలు	10-00
32.	శివారాధన (శివస్తోత్రాలు)	10-00
33.	వేంకటేశ్వర సుప్రభాతం (పాకెట్)	10-00
34.	ఆరుదండకాలు	5-00
35.	వేంకటేశ్వర గోవిందనామములు	5-00
36.	అష్టలక్ష్మీ స్తోత్రమ్ కనకధారాస్తోత్రమ్	10-00
37.	దేవీఖడ్గమాలాస్తోత్రమ్ (మహిషాసురమర్దనీస్తోత్రంతో)	10-00
38.	సుందరకాండ (పాకెట్)	10-00
39.	భగవద్గీత మూలం	27-00
40.	రామరక్షాస్తోత్రమ్	15-00
41.	స్తోత్ర రత్నావళి	36-00
42.	పురాణపండ లలితా-విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
43.	పురాణపండ లలితాసహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
44.	పురాణపండ విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్	10-00
45.	పురాణపండ ఆదిత్య హృదయం	10-00
46.	మంత్రపుష్పం (మినీ)	10-00
47.	శివానందలహరి-సౌందర్యలహరి	36-00
48.	కుజదోషం	10-00
49.	కాలసర్ప దోషం	10-00
50.	మీ అప్పులు తీరాలా?	10-00
51.	దృష్టిదోషాలు నివారణ	10-00
52.	పంచసూక్తములు	10-00
53.	సంధ్యావందనం	10-00
54.	రుద్రనమకమ్-చమకమ్	10-00
55.	గాయత్రీమంత్రాలు	10-00
56.	హయగ్రీవ స్తోత్రమాల	10-00
57.	దక్షిణామూర్తి స్తోత్రమాల	10-00
58.	ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలు - పంచారామాలతో	10-00
59.	శ్రీసూక్తం పురుష సూక్తం	10-00
60.	నవగ్రహస్తోత్రమాల	36-00
61.	మహాన్యాసమ్	36-00
62.	సుందరకాండ గానామృతం	36-00
63.	గోమాతపూజావిధానము	10-00
64.	ఆనందసిద్ధి - 1 శ్రీదేవీ స్తోత్రమాల	108-00

65.	ఆనందసిద్ధి - 2 ఏ సమస్యకు ఏ స్తోత్రమ్ పారాయణచేయాలి	108-00
66.	ఆనందసిద్ధి-3 మానసదేవీ స్తోత్రమాల	108-00
67.	శ్రీ కాలభైరవ రక్షా కవచమ్	63-00
68.	అర్చన	40-00
69.	నిత్యదేవతార్చన	40-00
70.	సర్వదేవతా స్తోత్ర నిధి	99-00
71.	శ్రీచక్ర నవవరణార్చన	63-00
72.	చండీ సప్తశతి పారాయణ క్రమం	99-00
73.	శ్రీదేవి స్తోత్ర రత్నావళి 32 దేవి స్తోత్రాలకు తాత్పర్యంతో	99-00
74.	వనదుర్గా మంత్రానుష్ఠాన క్రమమ్	63-00
75.	శ్రీ కాలభైరవ వ్రతము	63-00

3. శ్రీ సాయి దత్త గ్రంథములు

1.	శ్రీ సాయిబాబా సచ్చరిత్ర	120-00
2.	సంపూర్ణ శ్రీ గురు చరిత్ర	120-00
3.	శ్రీ సాయిఆరాధన-షిర్డివైభవం	120-00
4.	శ్రీ సాయిబాబా జీవిత చరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
5.	శ్రీ గురుచరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
6.	నవనాధ చరిత్ర	99-00
7.	శ్రీసాయిచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
8.	శ్రీగురుచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
9.	సత్యదత్తవ్రతం దత్తాత్రేయపూజాకల్పం,సహస్రంతో	30-00
10.	అనఘాదేవీ వ్రతం	30-00
11.	భక్తుల ప్రశ్నలకు బాబా జవాబులు	30-00
12.	శ్రీ సాయిపూజాకల్పం (సహస్రంతో)	25-00
13.	శ్రీ సాయిభజనమాల	20-00
14.	శ్రీ సాయి భజన్స్	20-00
15.	శ్రీ సాయిభక్తి గీతాలు	20-00
16.	శిరిడిహారతులు (భావంతో)	20-00
17.	"శ్రీసాయి"కోటి	27-00
18.	"శ్రీసాయిరామ్"కోటి	20-00
19.	శ్రీ సాయినాథ స్తోత్రమంజరి	10-00
20.	శ్రీ సాయివేయినామాలు	8-00
21.	శ్రీ సాయి హారతులు (పాకెట్)	15-00
22.	శ్రీ సాయి స్తవనమంజరి	10-00
23.	హిందీ శ్రీ సాయి హారతులు	15-00

24.	శని సింగణాపూర్ క్షేత్రమాహాత్మ్యం	63-00
25.	ఇంగ్లీషు శ్రీ సాయిహారతులు	15-00
26.	షిరిడి దర్శనం-శ్రీసాయి వైభవం	99-00
27.	సాయిసత్యవ్రతం	30-00
28.	సాయి అనుగ్రహమ్	120-00
29.	నవగురువారాల వ్రతకల్పము	15-00
30.	శ్రీదత్తలీలామృతము	99-00
31.	హృదయంలో సాయి	15-00
32.	శ్రీషిరిడీసాయి లీలామృతం(శ్రీసచ్ఛరిత్ర)	120-00
33.	గజాననమహరాజ్ చరిత్ర	99-00

4. జ్యోతిషాలు

1.	'కాలచక్రం' గంటలపంచాంగం (గార్గేయ)	72-00
2.	గ్రహభూమి పంచాంగము (గార్గేయ)	108.00
3.	ఆనందసిద్ధి పంచాంగం (వై.వి.శాస్త్రి)	63.00
4.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు (12రాశులువారికి)	50.00
5.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు విడివిడిగాఒక్కొక్కటి	12.00
6.	కాలచక్రంజ్యోతిషక్యాలండర్	25.00
7.	గ్రహబలం క్యాలండర్ (శ్రీనివాసగార్గేయ-భక్తిటివి)	25.00
8.	శుభమస్తు (పిడపర్తి) క్యాలండర్	25.00
9.	సాదా క్యాలండర్	5.00
10.	పాకెట్ క్యాలండర్	15.00
11.	తాజకనీలకంఠీయమ్	100-00
12.	కేరళ జ్యోతిష రహస్యాలు	180-00
13.	జ్యోతిష బ్రహ్మ రహస్యాలు	180-00
14.	మానసాగరి జాతకపద్ధతి	180-00
15.	వరాహమిహిర జాతకపద్ధతి	180-00
16.	వధూవర వివాహమైత్రిద్వాదశకూటములు	99-00
17.	సింపుల్ రెమిడీస్	180-00
18.	శంభు హోరప్రకాశిక	250-00
19.	పూర్వ పరాశరి	100-00
20.	పరాశర జ్యోతిషవిజ్ఞాన సర్వస్వం	200-00
21.	ప్రశ్న సింధు	99-00
22.	నక్షత్ర విశేష ఫలితాలు	63-00
23.	సూర్యసిద్ధాంతపంచాంగగణితంచేయడంఎలా?	180-00
24.	దృక్సిద్ధాంతపంచాంగగణితం చేయడంఎలా?	180-00

25.	ఆయుర్దాయ నిర్ణయం	63-00
26.	జాతక గణిత ప్రవేశిక	63-00
27.	జ్యోతిషమర్మబోధిని	63-00
28.	జ్యోతిష ప్రశ్నోత్తరమాల	63-00
29.	ముహూర్తం నిర్ణయించడంఎలా?	63-00
30.	జాతక మకరందం	63-00
31.	జ్యోతిష సరస్వతి	63-00
32.	మీజననకాల విశేషాలు	63-00
33.	ముహూర్త విజ్ఞాన భాస్కరం	63-00
34.	జ్యోతిష స్వయంబోధిని	63-00
35.	శుభముహూర్త శిరోమణి	63-00
36.	నక్షత్ర ఫలమంజరి	36-00
37.	పంచాంగం చూసే విధానం	36-00
38.	సర్వార్థ జ్యోతిషం	36-00
39.	ప్రాథమిక జ్యోతిషం	36-00
40.	నవరత్నములు శుభయోగములు	36-00
41.	శుభశకునాలు	30-00
42.	హస్తరేఖాఫలితాలు	36-00
43.	సంఖ్యల్లో భవిష్యత్	36-00
44.	ముహూర్త దీపిక	99-00
45.	పుట్టుమచ్చలు ఫలితాలు	30-00
46.	కలలు ఫలితాలు	30-00
47.	జాతక చక్రం వేయడం ఎలా?	36-00
48.	మానసాగరి (ప్రాచీనజ్యోతిషగ్రంథం) -పుచ్చాశ్రీనివాసరావు	250-00
49.	జ్యోతిషశాస్త్ర చిట్కాలు	120-00
50.	గుప్తా శతాబ్ది పంచాంగం (1940-2050)	999-00
51.	ప్రశ్నచండేశ్వరమ్	63-00
52.	ద్వాదశభావ ఫలచంద్రిక	250-00
53.	జ్యోతిష శతయోగరత్నావళి (నూరుయోగాలఫలితాలు)	120-00
54.	అంగసాముద్రికం	36-00
55.	హస్త సాముద్రికం	63-00
56.	లాల్ కితాబ్	99-00
57.	శకునశాస్త్రం	63-00
58.	ఆధునికప్రశ్నశాస్త్రం	120-00
59.	పరాశరజ్యోతిష ప్రశ్నజ్యోతిషం	180-00

60.	అష్టకవర్గు (కొండపల్లి)	63-00
61.	బృహత్‌జాతకం (ప్రాచీనప్రతికిపునర్ముద్రణ)	250-00
62.	లగ్నరత్నాకరం	63-00
63.	షట్పంచాశిక	120-00
64.	40 రోజుల్లో జ్యోతిషంనేర్చుకొనండి	270-00
65.	40 రోజుల్లో సాముద్రికంనేర్చుకొనండి	180-00
66.	40 రోజుల్లో సంఖ్యాశాస్త్రం	180-00
67.	40 రోజుల్లో నక్షత్ర (నాడీ) ఫలితములు	270-00
68.	40 రోజుల్లో వైద్యజ్యోతిషం నేర్చుకోండి	250-00
69.	మీ పుట్టినతేదీ అద్భుతరహస్యాలు (సాయిగణపతిరెడ్డి)	270-00
70.	కె.పి.జ్యోతిషం (పరిచయం)	63-00
71.	ముహూర్తచింతామణి	99-00
72.	సూర్యచంద్ర గ్రహణములు	63-00
73.	ప్రసిద్ధవ్యక్తుల జాతకాలు (వేరేకొండప్ప)	180-00
74.	అదృష్టరెమెడీస్	144-00
75.	గ్రహసంచార ఫలనిర్ణయదీపిక	63-00
76.	జ్యోతిష రెమిడీస్	300-00
77.	జాతకమార్తాండం పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
78.	జ్యోతిషవిద్యాప్రకాశిక పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
79.	నాడీజ్యోతిషం	63-00
80.	నక్షత్రపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
81.	లగ్నపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
82.	గౌతమసంహిత	63-00
83.	హోరరత్నమాల	63-00
84.	జాతకఫల మణిమంజరి	200-00
85.	పుష్కర పంచాంగం (2013-14నుండి 2024-25)	560-00
86.	దశాభుక్తిఫల నిర్ణయం	250-00
87.	వింత జోష్యములు	63-00
88.	షోడశవర్గులు	200-00
89.	రవిగ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
90.	చంద్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
91.	కుజ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
92.	బుధ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
93.	గురు గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
94.	శుక్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00

95. శని గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
96. రాహు & కేతు గ్రహముల సమస్త ప్రభావములు	99-00
97. ఆధునిక గ్రహములు-ఉపగ్రహములు సమస్త ప్రభావములు	99-00
98. ముహూర్తమార్తాండం	63-00
99. లఘుజాతకం	63-00
100. జాతకాలంకారము	63-00
101. మేషలగ్న ఫలితములు	99-00
102. వృషభ లగ్న ఫలితములు	99-00
103. మిధున లగ్న ఫలితములు	99-00
104. కర్కాటక లగ్న ఫలితములు	99-00
105. సింహలగ్న ఫలితములు	99-00
106. కన్యలగ్న ఫలితములు	99-00
107. తుల లగ్న ఫలితములు	99-00
108. వృశ్చిక లగ్న ఫలితములు	99-00
109. ధనుస్సు లగ్న ఫలితములు	99-00
110. మకర లగ్న ఫలితములు	99-00
111. కుంభ లగ్న ఫలితములు	99-00
112. మీన లగ్న ఫలితములు	99-00
113. నారద సంహిత	200-00
114. పంచాంగపీఠికలేఖికాగణితం	250-00
115. తారాబలం - చంద్రబలం (వేరే కొండప్ప)	99-00
116. సులభలగ్న సాధన (చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	200-00
117. రాహు కేతువుల యోగము	99-00
118. ఛాయాగ్రహములు	99-00
119. జ్యోతిషవిజ్ఞాన దీపిక	63-00

బి.వి.రామన్ గారి గ్రంథములు

120. జ్యోతిష విద్యారంభం	50-00
121 గ్రహభావ బలములు	50-00
122. కాలచక్రదశ	50-00
123. అనుభవ ప్రశ్నాజ్యోతిషం	50-00
124. జ్యోతిషశాస్త్రంలో వాతావరణ భూకంపాలు	50-00
125. పురోగామి జాతకం	50-00
126. భావార్థరత్నాకరం	75-00
127. భారతీయజ్యోతిష సర్వస్వం	75-00
128. అష్టకవర్గ పద్ధతిః	75-00

129. జ్యోతిషశాస్త్రంలో సందేహాలు,సమాధానాలు	75-00
130. ప్రశ్నతంత్ర	75-00
131. ముహూర్తం	75-00
132. విశిష్ట జాతకములు	125-00
133. భారతీయఫలితజ్యోతిషం	125-00
134. 300 ముఖ్యమైన యోగములు	125-00
135. జాతకంపరిశీలించడంఎలా ?	300-00

రాష్ట్రపతి అవార్డుగ్రహీత, మహామహోపాధ్యాయ, వాచస్పతి శ్రీ మధురకృష్ణమూర్తిగారి గ్రంథములు

136. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-1	200-00
137. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-2	200-00
138. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-3	200-00
139. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-4	200-00
140. భావార్థరత్నాకరము	100-00
141. ముహూర్త చింతామణి	100-00
142. ముహుర్త చింతామణి-పార్టు2	200-00
143. స్వప్న శాస్త్రము	36-00
144. శతయోగమంజరి	50-00
145. వ్రతనిర్ణయకల్పవల్లి	250-00
146. దైవజ్ఞవల్లభం	75-00
147. వసంతరాజశకునమ్ (బృహత్శకునశాస్త్రం)	250-00
148. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-1	100-00
149. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-2	200-00
150. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-3	100-00
151. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-4	200-00
152. అనుభవసులభవాస్తు - 1	50-00
153. అనుభవసులభవాస్తు - 2	100-00
154. పంచాంగ వివేకము	99-00
155. వశిష్ఠ సంహిత	360-00
156. పంచపక్షి శాస్త్రం (కేస్బైండ్)	200-00

5. వాస్తులు

1. 40 రోజుల్లో "వాస్తువిద్య" నేర్చుకొనండి	180-00
2. వాస్తుశాస్త్ర రహస్యములు	200-00
3. వాస్తునుబట్టి మీ ఇల్లు	63-00
4. మీరూ మీ వాస్తు	63-00

5.	గృహవాస్తు చిట్కాలు	63-00
6.	వాస్తు పూజ	63-00
7.	వాస్తు సూత్రములు	63-00
8.	వాస్తుశాస్త్ర రహస్యాలు	63-00
9.	గృహవాస్తు వర్గులు	99-00
10.	విశ్వకర్మవాస్తు శాస్త్రరీత్యా మీ ఇంటి ప్లానులు	63-00
11.	విశ్వకర్మ వాస్తుశాస్త్రరీత్యా మీఇండ్లఆయములు	99-00
12.	విశ్వకర్మ వాస్తు శాస్త్రం(చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	180-00
13.	ఆధునిక గృహవాస్తు	99-00
14.	శుభవాస్తు	270-00
15.	వాస్తుయంత్ర రత్నావళి	120-00
16.	వాస్తుశాస్త్రం	120-00
17.	హౌస్ ప్లాన్స్	63-00
18.	గృహనిర్మాణ వాస్తు	63-00
19.	వాస్తు రెమెడీస్	63-00
20.	గృహవాస్తు దర్పణం	63-00
21.	జ్యోతిష-గృహవాస్తుచంద్రిక	200-00
22.	వాస్తురత్నాకరం (కొండపల్లి)	63-00
23.	వాస్తుశిరోమణి ,,	120-00
24.	వాస్తుసంగ్రహమ్ ,,	63-00
25.	పంచవాస్తు పారిజాతం ,,	120-00
26.	వాస్తుడిండిమమ్ ,,	63-00
27.	వాస్తుదుందిభి ,,	120-00
28.	విశ్వకర్మవాస్తుప్రకాశిక (కేస్‌బైండ్)	250-00
29.	కృష్ణవాస్తుశాస్త్రము	63-00
30.	జలవాస్తు,శల్యవాస్తు (దంతూరిపండరీనాథ్)	99-00
31.	మయవాస్తు (గోరసవీరభద్రాచార్య)	120-00
32.	వాస్తు జ్యోతి	63-00
33.	మన ఇల్లు-మనవాస్తు	99-00
34.	వాస్తవ వాస్తుపూజావిధానము	108-00
35.	వాస్తు దర్పణం	120-00

6. మంత్రశాస్త్రాలు

1.	మంత్రసాధన	63-00
2.	తంత్రజాలం	63-00
3.	మంత్రశక్తి	63-00

4.	దత్తాత్రేయ తంత్రవిద్య	63-00
5.	దత్తాత్రేయ మూలికాతంత్రమ్	63-00
6.	తాంత్రిక పంచాంగం	63-00
7.	యక్షిణీ తంత్రం	63-00
8.	మంత్రానుష్ఠాన చంద్రిక	63-00
9.	సర్వదేవతా మంత్రకవచములు	63-00
10.	మంత్రాక్షరాలరహస్యం (బీజాక్షరనిఘంటువు)	63-00
11.	సర్వదేవతా మంత్రరత్నావళి	63-00
12.	సదాచార దీపిక	63-00
13.	యోగినీ-వామకేశ్వరతంత్రం	63-00
14.	ప్రపంచసారతంత్రం	63-00
15.	బదనిక తంత్రమ్	63-00
16.	ఉచ్ఛిష్ట గణపతి తంత్రమ్	63-00
17.	గుప్త సాధన తంత్రం	63-00
18.	గంధర్వ తంత్రమ్	63-00
19.	సౌందర్యలహరి (మంత్రయంత్రరత్నావళి)	63-00
20.	యంత్ర మంత్ర తంత్ర	63-00
21.	పాశుపత తంత్రం	99-00
22.	పంచదశ మహాఖడ్గ తంత్రం	99-00
23.	రుద్రాష్టాధ్యాయః	99-00
24.	మంత్రసిద్ధి	120-00
25.	పరశురామతంత్రమ్	108-00
26.	శ్రీలలితావిలోమ పంచదశీ	108-00
27.	శ్రీ గురు తంత్రం	108-00
28.	గాయత్రీ తంత్రమ్	108-00
29.	మహాశక్తి మంత్ర తంత్ర రహస్యాలు	150-00
30.	శ్రీ దుర్గ తంత్రమ్	200-00
31.	మహామృత్యుంజయఅమృతపాశుపతమ్	200-00
32.	సర్ప (నాగ)తంత్రం	250-00
33.	హవన తంత్రం	250-00
34.	షోడశనిత్యతంత్రం	250-00
35.	శాక్తేయతంత్రం	250-00
36.	రుద్రయామళతంత్రం	250-00
37.	లక్ష్మీప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
38.	హిరణ్యశూలినీ తంత్రమ్	250-00

39.	మాయాప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
40.	శ్రీ విశ్వరూప ప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
41.	స్వర్ణాకర్షణభైరవతంత్రం	250-00
42.	కాశీవిశాలాక్షి తంత్రం	250-00
43.	శాంతితంత్రమ్	250-00
44.	యంత్రసిద్ధి	360-00
45.	శ్రీ లక్ష్మీతంత్రమ్	360-00
46.	మంత్రమహోదధి (స్త్రీదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
47.	మంత్రమహోదధి (పురుషదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
48.	మంత్రశాస్త్రం (గ్రంథము)	360-00
49.	ప్రత్యంగిరాకృత్యాతంత్రం	360-00
50.	కామధేనువు తంత్రం	360-00
51.	శూలినీదుర్గాతంత్రం	360-00
52.	శ్రీవిద్య రహస్యం	290-00
53.	కులార్ణవ తంత్రమ్	150-00
54.	ఆచార్య సిద్ధ నాగార్జునతంత్రం (ఒరిజనల్)	390-00
55.	సిద్ధమూలిక రహస్యం (మంత్ర,యంత్రసహితం)	63-00

7. గ్రంథాలు - ఆరాధనలు

1.	భగవద్గీత శ్లోక తాత్పర్య సహితం	54-00
2.	భగవద్గీత (వచనం)	99-00
3.	భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యం-కేసుబైండింగ్	72-00
2.	గణేశ ఆరాధన 1	99-00
3.	గణేశోపాసన 2	99-00
4.	నవగ్రహవైభవం	99-00
5.	నవగ్రహ రెమెడీస్	99-00
6.	నవగ్రహ వేదం	99-00
7.	శనిగ్రహారాధన	99-00
8.	ఆదిత్యారాధన	99-00
9.	సుబ్రహ్మణ్యారాధన	99-00
10.	శ్రీ శివ ఆరాధన	99-00
11.	లక్ష్మీ ఆరాధన	99-00
12.	హనుమదారాధన	99-00
13.	లలితారాధన	99-00
14.	శ్రీ చక్రారాధన	99-00
15.	గాయత్రీ ఆరాధన	99-00

16.	వీరభద్రారాధన	99-00
17.	కుజగ్రహారాధన	99-00
18.	భైరవారాధన	99-00
19.	దైవారాధన	99-00
20.	గీతారాధన (భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యసహిత)	99-00
21.	శ్రీవేంకటేశ్వరాధన	99-00
22.	హయగ్రీవారాధన	99-00
23.	లక్ష్మీనరసింహారాధన	99-00
24.	శ్రీ బాలాత్రిపురసుందరీ స్తోత్ర కదంబం	99-00
25.	దేవీ లీలామృతం	99-00
26.	పురాణపండ సుందరకాండ వచనం	99-00
27.	పురాణపండ రామాయణం	99-00
28.	పురాణపండ భారతం	99-00
29.	పురాణపండ భాగవతం	99-00
30.	(సూరి) వాల్మీకి రామాయణం	99-00
31.	కాలసర్ప యోగం	99-00
32.	నిత్య జీవితములో రుద్రాక్షలు	99-00
33.	నిత్య జీవితములో నవరత్నాలు	99-00
34.	వేదసూక్తములు	99-00
35.	వేమన పద్యసారామృతం	99-00
36.	పండగలు పర్వదినాలు	99-00
37.	సూక్తిరత్నాలు	99-00
38.	హనుమచ్చరిత్ర	99-00
39.	నవగ్రహ దర్శనమ్	99-00
40.	నిత్యజీవితంలో నవగ్రహాలు	99-00
41.	సాలగ్రామములు	99-00
42.	గురుశుక్ర ప్రభావము చంద్రకళానాడీ	99-00
43.	శనిగ్రహరెమిడీస్	99-00
44.	జాతకసుధాసారము-జాతకమోక్షప్రదాయిని	99-00
45.	వివాహజ్యోతిషమంజరి-మ్యారేజ్‌మ్యాచింగ్‌గైడ్ (సాయిగణపతిరెడ్డి)	99-00
46.	మీపుట్టినతేదీనిబట్టి మీజీవితరహస్యాలు (న్యూమరాలజీ లైఫ్‌గైడ్) ,,	99-00
47.	మీఅదృష్టానికి (పేరు) నేమ్‌కరక్షన్ ,,	99-00
48.	న్యూమరాలజీ రెమిడీస్	99-00
49.	మూకపంచశతీ	99-00
50.	శ్రీరామకర్ణామృతం	99-00

51.	రహస్యకుక్కుటశాస్త్రం	300-00
52.	ఉపాసన విధానం	99-00
53.	పంచమవేదం మహాభారతం	99-00
54.	దేవుళ్ళ డాట్ కామ్	99-00
55.	గణపతిభాష్యం	99-00
56.	యజుర్వేద ఉపనయనవివాహప్రయోగమంజరి	99-00
57.	నవయోగులు	99-00
58.	ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనిదర్శించవలసిన ప్రముఖదర్గాలు	99-00
59.	సకలదేవతాఅష్టోత్తరాలు(పెద్దది)-(180అష్టోత్తరశతనామావళులతో)	99-00
60.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళులు (కేస్‌బైండింగ్)	216-00
61.	సకలదేవతా సహస్రనామములు	99-00
62.	ఆధ్యాత్మిక సూక్తి నిధి	99-00
63.	బ్రాహ్మణులు గోత్రాలు,ప్రవరలు	99-00
64.	సర్వదేవతాస్వరూపుడు శ్రీ వేంకటేశ్వరుడు	99-00
65.	శ్రీ లక్ష్మీసన్నిధి	99-00
66.	శ్రీలక్ష్మీగణపతి హోమకల్పం	99-00
67.	మార్షల్‌ఆర్ట్స్ (కరాటే,కుంగ్‌ఫూనేర్చుకోండి)	99-00
68.	మ్యాజిక్‌గైడ్	99-00
69.	చదరంగం	99-00
70.	పంచముఖ హనుమత్ వైభవం	63-00
71.	గరుడపురాణం	40-00
72.	మాఘపురాణం	36-00
73.	శివపురాణం	36-00
74.	వైశాఖపురాణం	36-00
75.	కార్తీక పురాణం	36-00
76.	కార్తీక పురాణం (చిన్నది)	25-00
77.	సర్వకార్యసిద్ధికి రామాయణపారాయణ	63-00
78.	పెద్దబాలశిక్ష	50-00
79.	గాయత్రీ మహిమ	36-00
80.	వృక్షదేవతలు	63-00
81.	యాజుష స్మార్త సంస్కార చంద్రిక	200-00
82.	సనాతనవైదిక బ్రాహ్మణస్మార్తాగమకల్పమ్	150-00
83.	చతుర్వేదములు	120-00
84.	నవగ్రహారాధన	120-00
85.	తాళపత్ర సమాహార గోపురం	120-00
86.	మనుధర్మ శాస్త్రం (వచనంలో...) (కేస్‌బైండు)	250-00

87.	మానవధర్మములు		120-00
88.	వేదమంత్ర సంహిత		120-00
89.	సహస్రలింగార్చన		120-00
90.	శ్రీ శివగీత		120-00
91.	ద్వాదశఉపనిషత్తులు		120-00
92.	పురాణపండవారి సౌందర్యలహరి	(కేస్‌బైండ్)	250-00
	(శ్లోకతాత్పర్యసహిత విపులవ్యాఖ్యతో)	సాదా	120-00
93.	బృహత్ శివ స్తోత్ర రత్నాకరము		200-00
94.	బృహత్ దేవీ స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
95.	బృహత్ విష్ణు స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
96.	కేదారనాథ్ బదరీనాథ్ యాత్రాగైడు		63-00
97.	దక్షిణావృత శంఖములు		63-00
98.	108 దివ్యదేశాల విష్ణుక్షేత్రదర్శిని		36-00
99.	ధర్మసింధువు(కేస్‌బైండింగ్)		270-00
100.	భారతీయ శైవక్షేత్రయాత్రాదర్శిని		99-00
101.	చిలుకూరి బాలాజీచరిత్ర		36-00
102.	భగవత్‌స్తుతి		63-00
103.	సూర్యోపాసన		36-00
104.	కాశీఖండం		250-00
105.	దేవీభాగవతం		360-00
106.	శ్రీ ఆంజనేయం		216-00
107.	ధర్మసందేహాలు		216-00
108.	ఆధ్యాత్మిక దైవిక వస్తువులు		250-00
109.	రామాయణం		600-00
110.	పోతన భాగవతం		900-00
111.	శివమంత్రములు		63-00

8. వైద్య గ్రంథాలు

1.	ఆహారం ఆరోగ్యం	36-00
2.	మూలికావైద్య చిట్కాలు	36-00
3.	ఆయుర్వేద వైద్య చిట్కాలు	30-00
4.	గృహవైద్య రహస్యాలు	36-00
5.	గృహవైద్యసారం	36-00
6.	హోమియోవైద్యం (ద్వాదశలవణచికిత్స)	63-00
7.	ప్రకృతివైద్యం	36-00
8.	ఆహారం-వైద్యం	99-00

9.	సంపూర్ణ ఆయుర్వేద-చిట్కా వైద్యం	99-00
10.	ఆయుర్వేదమ్	36-00
11.	ఆయుర్వేద మూలికావైద్యదీపిక	99-00
12.	దుంపకూరలు, ఆకుకూరలు, కాయగూరలు (వాడకం - ఉపయోగాలు)	99-00
13.	ఏకమూలికావైద్యం	99-00
14.	అష్టాంగ హృదయం (4భాగాలు)	1200-00
15.	రహస్యసిద్ధయోగవైద్యసారమ్	99-00
16.	ప్రాథమిక హోమియోవైద్యం	99-00
17.	ఒబెసిటి	99-00
18.	హెల్త్‌గైడ్	99-00
19.	ఆయుర్వేదం-జీవనవేదం	99-00
20.	ఫుడ్‌థెరపి	63-00
21.	న్యాచురల్‌థెరపి	99-00
22.	సంపూర్ణఆరోగ్యానికి 20ని॥	63-00
23.	కీళ్ళనొప్పులు మీ సమస్యలైతే...	99-00
24.	యోగామంత్ర	63-00
25.	యోగా మండే టు సండే	63-00
26.	హెర్బల్ మెడిసిన్-హెల్త్‌టుడే	99-00
27.	హెల్త్‌ఫైల్	108-00
28.	వస్తుగుణపాఠం	250-00
29.	రసాయన వాజీకరణ తంత్రం	150-00
30.	వస్తుగుణ మకరందం	400-00
31.	నాటువైద్యం -(కేస్‌బైండ్)	360-00
32.	నాటువైద్యం (చిన్నది)	99-00
33.	ప్రాణాయామము-యోగ	63-00

9. అయ్యప్ప - భవానీ రకాలు

1.	శ్రీ అయ్యప్ప లీలామృతం	30-00
2.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనపాటలు	63-00
3.	శ్రీ అయ్యప్ప పూజాకల్పం	20-00
4.	శ్రీ అయ్యప్ప భక్తి గీతాలు	20-00
5.	హారతిగైకొనుమా	40-00
6.	శ్రీ అయ్యప్ప దీక్ష F	10-00
7.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనమాల F	10-00
8.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యపూజ P	10-00

9.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యనియమావళి P	10-00
10.	భవానీదీక్ష (శ్రీ భవానీ లీలామృతం)	36-00
11.	దేవీలీలామృతం	99-00
12.	శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	20-00
13.	దేవీ భక్తిగీతాలు	20-00
14.	భవానీదీక్ష P	10-00
15.	దేవీ భక్తిమాల F	10-00
16.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనావళి	120-00
17.	అయ్యప్పపూజావిధి (జేసుదాసుసాంగ్స్‌తో)	24-00

10. భజనలు - కీర్తనలు

1.	అన్నమయ్య కీర్తనలు	20-00
2.	శ్రీరామదాసు కీర్తనలు	20-00
3.	సర్వదేవతా మంగళహారతులు	20-00
4.	వసుంధర మంగళ హారతులు	25-00
5.	సౌభాగ్య దేవతా మంగళహారతులు	36-00
6.	సర్వదేవతా భజనలు	36-00
7.	చిట్టి పొట్టి పాటలు	10-00
8.	జాతీయ గీతాలు	10-00
9.	దేశభక్తి గీతాలు	36-00
10.	పండుగలు-పుణ్యక్షేత్రాలు భక్తిగీతాలు	36-00
11.	గొబ్బిళ్ళపాటలు,లాలిపాటలు,కోలాటపాటలు	36-00
12.	అన్నమయ్య సంకీర్తనలు	99-00
13.	పెళ్ళిపాటలు-స్త్రీలపాటలు	36-00
14.	భక్తానంద భజనకీర్తనలు(ఓల్డ్‌సినీస్టైల్)	36-00
15.	సర్వదేవతాభక్తిమణిమాల	36-00
16.	బతుకమ్మ ఉయ్యాల పాటలు	36-00
17.	అన్నమయ్య సంకీర్తనానిధి(1000కీర్తనలు)	270-00

11. హిట్స్ సాంగ్స్

1.	ఘంటసాల భక్తిగీతాలు-భగవద్గీత	36-00
2.	ఎస్.పి.బాలు భక్తిగీతాలు	36-00
3.	ఘంటసాల సుమధురగీతాలు	99-00
4.	పి. సుశీల సుమధురగీతాలు	99-00

5.	ఎస్.పి. బాలు సుమధురగీతాలు	99-00
6.	ఎస్.జానకి సుమధురగీతాలు	99-00
7.	వేటూరి సుందరరామమూర్తిహిట్స్	99-00
8.	సర్వదేవతా సినీభక్తిగీతాలు	99-00

12. స్త్రీలకు ఉపయుక్త పుస్తకములు

1.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (వెజ్)	63-00
2.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (నాన్‌వెజ్)	63-00
3.	శాకాహార వంటలు	30-00
4.	మాంసాహారవంటలు	30-00
5.	చిట్టిచిట్కాలు	30-00
6.	అందానికి చిట్కాలు	30-00
7.	పిల్లల పేర్లు (పెద్దది)	30-00
8.	పిల్లల పేర్లు (చిన్నది)	10-00
9.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ శాలీబోర్డర్స్	36-00
10.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ డిజైన్స్	36-00
11.	చిన్నారులకు చిరుతిళ్ళు	30-00
12.	పసందైన ఫాస్ట్‌ఫుడ్ వంటలు	30-00
13.	పలావ్‌లు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు, వెరైటీరైస్‌లు	30-00
14.	వేపుళ్ళు-ఇగుర్లు	30-00
15.	బ్రేక్‌ఫాస్ట్ వంటలు	30-00
16.	పండుగలలో చేసుకొనే పిండివంటలు	30-00
17.	మైక్రోవేవెన్ వంటలు	99-00
18.	సర్వదేవతాభక్తిమాల	36-00
19.	పిల్లలపేర్లు (బాబు)	36-00
20.	పిల్లలపేర్లు (పాప)	36-00
21.	మోడ్రన్ మెహంది (గోరింటాకు డిజైన్స్)	36-00
22.	మోడ్రన్ పిల్లలపేర్లు	99-00
23.	నోరూరించే నాన్‌వెజ్‌వంటలు	99-00
24.	మోడ్రన్ టైలరింగ్ (లేడీస్ & జంట్స్)	99-00

వివిధ రకాలు

ఎందరోమహానుభావులు	270-00
యోగాసనాలు	36-00
సూర్యనమస్కారములు	36-00
పొడుపు కథలు (చిన్నవి)	10-00

హిందీ-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
ఇంగ్లీషు-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
జనరల్ నాలెడ్జ్	20-00
నూరు ఎక్కాలు	10-00
1-100 టేబుల్ బుక్	10-00
1-100 టేబుల్‌బుక్ (క్రౌన్‌సైజు)	4-50
శ్రీరామకోటి	27-00
శ్రీశివకోటి	27-00
మేజిక్	30-00
అంకెలతో గారడీ	30-00
హృదయస్పందన (కవితలు)	30-00
వాత్స్యయన కామసూత్రాలు	36-00
ఎ.పి.టూరిస్ట్ గైడు	36-00
ఇంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
మహేంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
శరీరభాష (బాడీ లాంగ్వేజ్)	99-00
క్రియాయోగం	36-00
ఆనందంగా జీవిద్దాం	99-00
హరిశ్చంద్ర నాటకం	50-00
వాత్సాయనకామసూత్రాలు	99-00
పంచసాయకం	99-00
రతిరహస్యాలు	99-00
అనంగరంగం (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
శృంగారకేళి (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
గాయత్రీవిజ్ఞాన్	99-00
చింతామణి (నాటకం)	50-00
బాలనాగమ్మ	50-00
కాళహస్తి స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
కాళహస్తి రామాంజనేయ యుద్ధం(బదిరెడ్డి)	50-00
కాళహస్తి గోవింద నామాల భగవద్గీత	36-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు చింతామణి	99-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు మర్మాలు (బైండు)	63-00
రామరాయవాస్తుశాస్త్రం(ముద్రగడరామారావు)	90-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.హనుమాన్‌చాలీసా	10-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.సుందరకాండ	80-00
బ్రహ్మంగారిజీవితచరిత్ర (జవంగుల)	125-00
శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య దివ్యచరితామృతం	40-00

కాశీరామేశ్వర మజిలీ కథలు		63-00
శ్రీలలితాసహస్రనామము(భాస్కరభాష్యం)		600-00
ప్రకృతిసిద్ధాంతములు-వేదవిజ్ఞానము-ఫలితజాతక సూత్రములు		595-00
ముదుండి విశ్వనాథరాజుగారి గ్రంథములు		
విశ్వకర్మ ప్రకాశము		80-00
ప్రాచీనవాస్తుశాస్త్రాలు-ఆధునికవాస్తుపరిశీలన	,,	250-00
నారద సంహిత	,,	150-00
వాస్తురాజవల్లభము-మూలానువాదము	,,	60-00
మయమతము - వచనము	,,	80-00
బృహత్సంహిత - వచనము	,,	160-00
వాస్తువిజ్ఞానజ్యోతి		......
పురోహిత దర్శని (గోరసవీరభద్రాచార్య)		....
విశ్వకర్మవాస్తువిద్యారహస్యములు	,,	....
వాస్తు విజ్ఞాన చంద్రిక	,,	....
మహాదశా పారిజాతం	,,	....
వాస్తు నారాయణీయం	,,	120-00
యోగావళీఖండం	,,	120-00
ముహూర్తసింధువు		150-00
సర్వార్థచంద్రిక (4భాగాలు)		1208-00
మీరే న్యూమరాలజిస్ట్ (దావూద్)		370-00
నిర్ణయసింధు (2భాగాలు)		590-00
సాయి...	,,	45-00
శ్రీ దుర్గానందలహరి	,,	200-00
ఆరతిసాయిబాబా	,,	11-00
ప్రతిష్ఠకల్పః(సాగి నరసింహమూర్తి)		500-00
తాజుద్దీన్‌బాబా సచ్చరిత్ర		100-00

సుమారు 100 సం॥రాలునాటి ప్రాచీన ప్రతులు తిరిగి
ఈ క్రింది గ్రంథములు ప్రచురించబడినవి.

శ్రీరామ మంత్రానుష్ఠానము	300-00
శ్రీరామనవరాత్రోత్సవకల్పః	300-00
సీతారామ కథా సుధ అయోధ్యకాండ	200-00
సీతారామ కథా సుధ బాలకాండ	150-00
అరణ్యకాండ	100-00
శ్రాద్ధము ఎందుకు పెట్టాలి ? షోడశ సంస్కారములు	200-00
స్మార్త కాపర్ది కారికలు	200-00
నపుంసక సంజీవనము, వైద్య శిరోమణి	200-00
విషవైద్య చింతామణి	200-00

హేమాద్రి సూరిణా ప్రాయశ్చిత్తాధ్యాయః	300-00
సర్వమూలికా గుణరత్నాకరం	300-00
ఆపస్థంబీయ ధర్మసూత్రాలు	300-00
సర్వశాంతి దర్పణం - అపర ప్రయోగ దర్పణం	200-00
గణకరంజని	200-00
సంతాన దీపిక	200-00
తిథినిర్ణయ కాణ్డః	250-00
ముహూర్త దర్పణం	200-00
జ్యోతిష శాస్త్ర రత్నము (శ్రీపతిజాతక పద్ధతి)	250-00
లఘుతాచకము	200-00
శ్రీ వైఖనస పైతృమేదిక ప్రయోగః	300-00
స్మృతి రత్నాకరము (ధర్మశాస్త్రం)	400-00
జాతకామృతతసారం	300-00
జాతక బోధిని	300-00
సంగీత విద్యాదర్పణం	300-00
సంగీత సర్వార్థసారసంగ్రహం	300-00
ముహూర్త మార్తాండం(టీకతాత్పర్యం)	450-00
జాతకరహస్యం	200-00
రాజమార్తాండం	200-00
ఆయుర్దాయదీపిక	200-00
వైద్యామృతం	200-00
అనుపానమంజరీ	200-00
నవగ్రహశాంతి విధానం-ఉదకశాంతి విధిః	200-00
చికిత్సరత్నము	200-00
స్వరచింతామణి	200-00
ద్వాదశలోహ భస్మవిధానం	200-00
దైవజ్ఞయశో విభూషణం	200-00
అనుపాన రత్నకరము	200-00
కాలామృతము	250-00
దైవజ్ఞకర్ణామృతము	300-00
రసేంద్ర చింతామణి	300-00
రసరత్న సముచ్చయం	300-00
వస్తుగుణరత్నాకరము	300-00
హోరానుభవదర్పణము	360-00
విశ్వకర్మ ప్రకాశిక వాస్తుశాస్త్రము	250-00
స్త్రీజన కల్పవల్లి	450-00
సంగీత సర్వార్థ సంగ్రహం	300-00
సంగీత సుధాసంగ్రహము	250-00
అర్క ప్రకాశము	200-00
సంగీత మార్తాండము	200-00
సంగీత ప్రథమబోధిని	200-00

వైద్యకల్పతరువు	200-00
రసప్రదీపిక	250-00
గణకానందము	250-00
శ్రీ లలితాసహస్రనామావళిః-వివరణాత్మక భావంతో	200-00
నవచండీ వేదోక్త శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	200-00
శ్రీ గాయత్రీ అనుష్ఠాన తత్త్వప్రకాశిక	360-00
సంగీతమార్తాండము	250-00
సారావళి	360-00
భేషజకల్పము	200-00
గురుశిష్య ఆయుర్వేద వైద్యచింతామణి	360-00
జాతకమణి	200-00
సర్వశకున ప్రకాశిక	200-00
యాజుష ప్రయోగ చంద్రిక	250-00
శిక్షావల్లీ-ఆనందవల్లీ-భృగువల్లీ	300-00
వసంతరాజ శకునము	250-00
తొట్టి వైద్యం	450-00
జ్యోతిష సిద్ధాంత సంగ్రహము (పంచాంగ గణితం)	300-00
సహస్ర యోగప్రకాశిక	300-00
శ్రీవిద్యారహస్యం	290-00
మహర్షుల చరిత్ర 1,3 300+300	
వేంకట సోమయాజీయం అను ధర్మశాస్త్రకాండము	250-00
శ్రీఆంజనేయం	216-00
రాశితుల్యవత్సర ఫలితం	200-00
నాడి జ్యోతిష విశ్లేషణ	400-00
రహస్యకుక్కుటశస్త్రం	300-00
స్త్రీ ధర్మరత్న బాండాగారము	200-00
శైవోత్సవరత్నాకరం	300-00
యాజుషప్రయోగ చిన్తామణి	300-00
సుస్వర ఋగ్వేద ప్రయోగదర్శిని	300-00
ఆయుర్వేద వైద్య సంగ్రహం	300-00
వశిష్ఠ సంహిత	360-00
హోమియోపతి గృహవైద్యం	200-00
వ్రతచూడామణి	300-00
వైశ్యధర్మప్రకాశిక	300-00
ఆలయ నిత్యార్చన పద్ధతి	200-00
స్మృతిముక్తాఫలం	300-00
ఆపస్థంబయల్లాజీయమ్	300-00
జ్యోతిషశాస్త్రసంగ్రహము	200-00
కర్మవిపాకాఖ్యయం	360-00
ముహుర్త రత్నావళి	250-00
సుదివిలోచనం	300-00
ఉత్తర కాలామృతం	200-00
సర్వవిషయ సర్వస్వసంగ్రహం	200-00